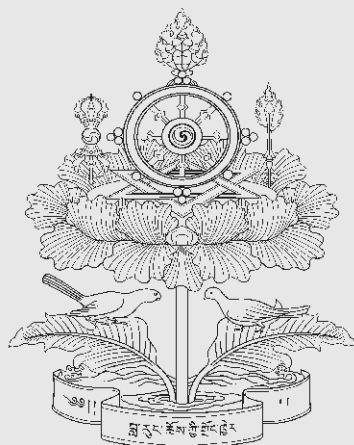


༡༡། །དགོན་མཆོག་གསུམ་རྩེས་སུ་དབང་པའི་མདོ་རྣམ་པར་  
འགོལ་བ་བཀའ་གྲིས་མི་ཟད་པའི་སྒྲ་དབྱངས་  
སྟོན་གསལ་བཀྟགས་སོ། །



ཡ་ ཀུན་མཁྱེན་མི་ཡམ་རྒྱུ་མཆོས་མཛད།



財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by

**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཕྱག་པོ་འདི་ཚོས་སྤྱི་ནད་འབྲུལ་རྒྱུ་ལས། ཚོར་བསྐྱུར་མི་ཚུགས་པ་དགོངས་འཇགས་ཞུ།

༡༡། །ཀུན་མཁྱེན་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུམ་འབུམ།  
 བོད་བརྒྱ་གཅིག་པའི་  
 དཀར་ཆག

༥ དཀོན་མཆོག་རྗེས་དྲན།.....	༡
དང་པོ་མཚན་དོན།.....	༤
གཉིས་པ་འགྱུར་ཐུག་.....	༥
གསུམ་པ་གཞུང་དོན།.....	༦
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྲོད་པ།.....	༦
ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྲོད་པ།.....	༤༩
དགེ་འདུན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྲོད་པ།.....	༥༤
བཞི་པ་མཐུག་དོན།.....	༥༥
༥ དེས་ཤེས་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲོན་མ།.....	༤༩
དྲི་ལན་དང་པོ།.....	༤༧
དྲི་ལན་གཉིས་པ།.....	༤༨

ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

དྲི་ལན་གསུམ་པ།	ཧ་ཨ་
དྲི་ལན་བཞི་པ།	ཧ་ཨ་
དྲི་ལན་ལྔ་པ།	ཨ་ལ་
དྲི་ལན་དྲུག་པ།	ཨ་ལ་
དྲི་ལན་བདུན་པ།	ཨ་ལ་
༥ ས་སྐྱའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་དོགས་སེལ།	ཨ་ཨ་ཨ་
དྲི་བ་དང་ལན་དང་པོ།	ཨ་ཨ་ཨ་
དྲི་བ་དང་ལན་གཉིས་པ།	ཨ་ཨ་ལ་
དྲི་བ་དང་ལན་གསུམ་པ།	ཨ་ཨ་ལ་
དྲི་བ་དང་ལན་བཞི་པ།	ཨ་ཨ་ཧ་
དྲི་བ་དང་ལན་ལྔ་པ།	ཨ་ཨ་ལ་
དྲི་བ་དང་ལན་དྲུག་པ།	ཨ་ཨ་ཨ་
དྲི་བ་དང་ལན་བདུན་པ།	ཨ་ཨ་ཨ་
དྲི་བ་དང་ལན་བརྒྱད་པ།	ཨ་ཨ་ཨ་
༥ བསམ་གཏན་གྱི་མའི་རྒྱུད་དོན་རྣམ་བཤད།	ཨ་ཨ་ལ་
དང་པོ་མཚན་དོན།	ཨ་ཨ་ལ་

གཉིས་པ་འགྱུར་བྱས།	༡༢༥
གསུམ་པ་གཞུང་དོན།	༡༢༥
བཞི་པ་མཐུག་དོན།	༡༢༧
༥ ལྷན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་	
དབྱེས་པའི་རོལ་མཚོ།	༡༢༠
དང་པོ་མཚན་དོན།	༡༢༣
གཉིས་པ་འགྱུར་བྱས།	༡༢༤
གསུམ་པ་གཞུང་དོན་ལ་ཐོག་མར་དགོ་བ་	
གིས་བརྗོད།	༡༢༤
གཉིས་པ་རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་བ།	༡༢༥
གསུམ་པ་དགོས་པ།	༡༢༥
གཉིས་པ་བར་དུ་དགོ་བ་ལ་ལེན་དང་པོ།	༡༢༥
དང་པོ་ལུས་རྒྱུ་པར་གཞག་པ།	༡༢༥
དང་པོ་ཆོག་བཅད་བཤད་པ།	༡༢༥
གཉིས་པ་ལྷུག་པ་བཤད་པ།	༡༣༠
གསུམ་པ་སྐྱེལ་མ་བཤད་པ།	༡༣༥

གཉིས་པ་ལུས་དེ་ཉིད་ངག་གང་ལ་	
བརྟེན་ཚུལ་བཤད་པ།	༢༠༩
གཉིས་པ་སྟན་ངག་གི་ཉམས་སམ་	
རྒྱན་བཤད་པ།	༢༠༩
གཉིས་པ་སྟན་ངག་སྦྱར་ཚུལ།	༢༡༠
གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་བརྩུ་ལ་དང་པོ་	
སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན།	༢༡༠
གཉིས་པ་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན།	༢༡༡
གསུམ་པ་མཉམ་བའི་ཡོན་ཏན།	༢༡༣
བཞི་པ་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན།	༢༡༡
ལྷ་པ་གིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན།	༢༡༩
དུག་པ་དོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན།	༢༢༧
བདུན་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན།	༢༢༩
བརྒྱད་པ་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན།	༢༣༩
དགུ་པ་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན།	༢༤༤
བརྩུ་པ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན།	༢༤༧

གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱུ་བ།	༢༥༠
ལེའུ་གཉིས་པ་དོན་རྒྱན་སོ་ལྔ་བཤད་བ།	༢༥༡
དང་པོ་མདོར་བསྟན་བ།	༢༥༡
གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་བ།	༢༥༠
དང་པོ་རང་བཞིན་བརྟོག་པའི་	
རྒྱན་བཞི་བཤད་བ།	༢༥༠
གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན་སོ་གཉིས་བཤད་བ།	༢༥༡
གཉིས་པ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་	
ཀྱི་སྒྲུ་བཤད་བ།	༢༥༢
གསུམ་པ་གཟུགས་ཅན་ཀྱི་རྒྱན་	
ཉི་ཤུ་བཤད་བ།	༢༥༢
བཞི་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་	
བཅུ་གཉིས་བཤད་བ།	༢༥༦
ལྔ་པ་བསྐྱོར་པའི་རྒྱན་གསུམ་བཤད་བ།	༣༠༡
དྲུག་པ་འགོག་རྒྱན་ཉེར་གསུམ་བཤད་བ།	༣༠༤
བདུན་པ་དོན་གཞན་བཞོད་པའི་རྒྱན།	༣༠༤

བརྒྱད་པ་ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཅུ་བཤད་པ།	322
དགུ་པ་སྤྲིན་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་གསུམ་བཤད་པ།	322
བཅུ་པ་བསྐྱམ་བརྗོད་གྱི་རྒྱན་བཞི་བཤད་པ།	322
བཅུ་གཅིག་པ་ལུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་	
བཞི་བཤད་པ།	322
བཅུ་གཉིས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་	
གསུམ་བཤད་པ།	322
བཅུ་གསུམ་པ་རྒྱའི་རྒྱན་གསུམ་མམ་	
བཅུ་དྲུག་བཤད་པ།	322
བཅུ་བཞི་པ་ལྷ་མོའི་རྒྱན་གཉིས་བཤད་པ།	320
བཅོ་ལྔ་པ་ཆ་ཡི་རྒྱན་བཤད་པ།	321
བཅུ་དྲུག་པ་རིམ་པ་ཅན་	
གྱི་རྒྱན་བཤད་པ།	322
བཅུ་བདུན་པ་དགའ་བ་ཞེས་པའི་རྒྱན།	322
བཅོ་བརྒྱད་པ་ཉམས་ལྡན་	
བརྒྱད་བཤད་པ།	322



བཅུ་དགུ་པ་གཟི་བཞིན་ཅན་གྱི་

རྒྱན་བཤད་པ།..... ༣༥༥

ཉི་ཤུ་པ་རྣམ་གངས་བཞིན་པའི་

རྒྱན་བཤད་པ།..... ༣༥༩

ཉེར་གཅིག་པ་ཀྱན་ཏུ་ཕན་པའི་རྒྱན།..... ༣༩༠

ཉེར་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་

གཉིས་བཤད་པ།..... ༣༩༠

ཉེར་གསུམ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་

གསུམ་བཤད་པ།..... ༤༠༠

ཉེར་བཞི་པ་རྒྱར་བའི་རྒྱན་བཤད་པ།..... ༤༠༡

ཉེར་ལྔ་པ་བྱད་པར་བཞིན་པའི་རྒྱན་

ལྔ་བཤད་པ།..... ༤༡༠

ཉེར་དྲུག་པ་མཚུངས་པར་སྟོར་བའི་

རྒྱན་བཤད་པ།..... ༤༡༡

ཉེར་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱན་

དྲུག་བཤད་པ།..... ༤༡༤

ཉེར་བརྒྱད་པ་སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་

ཀུན་བཤད་པ། ..... ༤༢༩

ཉེར་དགུ་པ་ཚོལ་བསྟོད་ཀྱི་ཀུན་

གསུམ་བཤད་པ། ..... ༤༣༠

སུམ་ཅུ་པ་ངེས་པར་བསྟན་པའི་

ཀུན་གཉིས་བཤད་པ། ..... ༤༣༣

སོ་གཅིག་པ་ལྟན་ཅིག་བརྟོན་པའི་ཀུན། ..... ༤༣༤

སོ་གཉིས་པ་ཡོངས་བརྟེན་ཀྱི་

ཀུན་བཤད་པ། ..... ༤༣༤

སོ་གསུམ་པ་ཤིས་བརྟོན་ཀྱི་

ཀུན་བཤད་པ། ..... ༤༣༥

སོ་བཞི་པ་རབ་སྒྲེལ་ཀྱི་ཀུན་

གཉིས་བཤད་པ། ..... ༤༣༩

སོ་ལྔ་པ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་

ཀུན་བཤད་པ། ..... ༤༤༡

གསུམ་པ་ལེའུ་གཉིས་པའི་མཇུག་བསྟུ་བ། ..... ༤༤༤

ལེའུ་གསུམ་པའི་དོན་བཤད་པ།	༤༤༧
དང་པོ་བྱང་ལྷན་དང་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་	
བྱ་དཀའི་དཔེར་བརྗོད།	༤༤༧
གཉིས་པ་གཤམ་ཆོག་གི་ཚུལ།	༤༥༩
གསུམ་པ་སྒྲན་དག་གི་སྒྲོན་བཅུ་གྲང་པ།	༤༦༤
གསུམ་པ་ཐ་མར་དག་གི་མཁུག་གི་དོན།	༤༦༩
༥ སྐྱ་བའི་སེང་གེ་མི་ལམ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་	
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་བཅུགས་བྱང་	
ངོ་མཆར་ལོར་བྱའི་མེ་ལོང་།	༤༧༢



༡༡། དགོན་མཆོག་གསུམ་རྒྱུ་མཛུགས་པའི་མདོ་རྣམ་པར་འགྲེལ་བ་  
བཀྲ་ཤིས་མི་ཟད་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ཞེས་

བྱ་བ་བཞགས་སོ།

ན་མོ་གྲ་རུ་མཛུགས་ཀྱི་ལ། སྤྱིད་ལ་དབྱུགས་འབྱེན་ཞི་བའི་བྱུག་ན་ནི། སྤྱིད་  
བ་སྒྲ་བྱེད་བདུད་བཞིའི་གཞུལ་གྱི་དབྱང་། །འཛོམས་པ་ཤིས་རབ་རལ་གྱིའི་  
འབྱུལ་འཁོར་ཅན། །དཔའ་བོ་གང་གི་ཞབས་པད་གཙུག་ན་མཛེས། །མཁའ་  
བརྩེའི་ཆ་རྫོགས་རྒྱལ་བའི་སྒྲ་བ་གང་། །འཕགས་ཆོགས་རྒྱ་སྐར་ཕྱེད་བས་  
ཡོངས་མཛེས་ཤིང་། སྤྱིད་པའི་རིམས་ནད་མཐར་བྱེད་དམ་ཆོས་ཀྱི། །བདུད་  
ཕྱིའི་འོད་བཟང་འཕྲོ་བས་ཤིས་རྒྱུར་ཅིག །དེ་ལ་འདིར་པ་མཐའ་དང་བུལ་  
བ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་འདི་ན། །རང་གཞན་སྤྱིད་པའི་འགོ་བ་མཐའ་དག་  
ཞེ་འདོད་ལ་བདེ་བདོན་རྒྱ་གཉེར་བ་ཁོ་ལྟོ་ཡིན་ཡང་། སྤྱིད་ཀྱི་རྒྱུའི་དབང་ལས་  
སྤྱིད་ཅི་ནས་མནར་མེད་པའི་བར་རུ་བདེ་སྒྲུག་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་སྤྲང་ཚུལ་སྤྱ་  
ཆོགས་པ་ཆོན་གྱི་རི་མོ་བཞིན་རུ་བཀྲ་བ་འདི་དག་ལ་ལེགས་པར་བརྟག་  
ལེགས་པར་གཞིག་ན་རྒྱ་ཁོལ་མར་འབྲས་ཆན་འཆོད་པ་བཞིན་རུ་མཐོ་དམན་  
དང་། དར་རྒྱུད་བདེ་སྒྲུག་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
མེད་པར་སྒྲ་དེ་ཅིག་མའི་སྒྲོས་གར་སྒྲོག་བཞིན་བསྒྲུད་པ་ཁོ་ནར་ངེས་ཤིང་།  
དེར་ཡང་མྱོངས་པས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲུས་པའི་སེམས་བསོད་ནམས་དག་བའི་ལས་  
ལ་དབང་གྲང་མི་འཇུག མི་དག་བའི་ཕྱོགས་ལ་ངང་གིས་འཇུག་པ་ནི་གོམས་

པའི་དབང་གིས་ངང་པ་མཚོ་དང་། བྱ་ཚོད་དུར་ཁོད་ལ་རྒྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས།  
རྒྱ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བདེ་པའི་འཕྱོར་པ་ནི་རྟེན་དཀའ་ཞིང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དོས་  
དག་ལ་འཕགས་པའི་ལམ་དང་བུལ་ན་མཐའ་ནམ་ཡང་མི་མངོན་པ་སྤྱིད་དུ་  
འབྱུངས་པ་འདི་ལ་ལེགས་པར་བསམས་ནས། འདི་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
ཆེ་ཞིང་ཡུན་རིང་པ་ལ་སྦྱོད་པ་བདག་དང་བདག་གི་མར་གྱུར་པའི་འགྲོ་བ་མཐའ་  
དང་མཉམ་པ་འདི་ཀུན་རྒྱ་བས་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ན་རྒྱད་པ་ལས་གང་ན་དུ་  
སྦྱོབ་པར་རུས་སྒྲུམ་དུ་སྦྱོ་དང་ལྡན་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས།  
གང་ཞིག་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐར་བྱེད་པའི་ཐབས་མཁྱེན་པ་དང་།  
འགྲོ་བ་ཀུན་བསྐྱུབ་པར་འདོད་པའི་བཙུང་བ་དང་། སྦྱོབ་པར་རུས་པའི་ཕྱིན་  
ལས་མངའ་བ་དེ་ནི་སྤྱ་ཞིག་གོ་ཞེས་ལེགས་པར་བསམས་པའི་ཆོ། ཆངས་  
དང་དབང་པོ་དང་སེར་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་ལ་སྤང་བར་ཡང་མ་བྱས།  
སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞེན་པར་ཡང་མ་བྱས་པར་སྤྱ་ཞིག་གིས་  
གང་ན་དུ་སྦྱོབ་རུས་པ་དེ་རྒྱ་བས་སྤྱ་གཟུང་བར་བྱའོ་ཞེས་དོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་  
པས་གཞུང་བཞུ། སྟོན་པ་ཤུག་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་ད་ལྟ་བདག་ཅག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་  
དུ་མ་གྱུར་ནའང་། དེས་བསྟན་པའི་ལམ་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུགས་  
ནི་སྤྱིད་པ་སྒྲོག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཡང་དག་ཏུ་མཐོང་བའི་ཆོན། དེ་ལ་དཔགས་  
ནས་ཐབས་དེ་སྟོན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་མཛོད་པའི་མཁྱེན་པ་དང་།  
དེ་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་བཙུང་བ་དང་། ཐབས་དེ་འདྲ་བས་སྤྱིད་པའི་རྒྱད་པ་ལས་

གཏན་དུ་སྐྱོབ་པའི་རྣམ་པ་མངའ་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་པོའི་ལྷན་འདས་གཅིག་  
 ལུང་སྒྲུབ་དུ་ཡིད་ཆེས་གིང་། སྐྱོབ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ལུང་གི་སྒྲུབ་  
 བ་དང་འགྲོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མ་མེད་པས་བསམ་བར་བྱས་ན། འདི་ལྟ་  
 ལུང་སྒྲིད་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདི་དག་ཀྱང་། རྒྱ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཏག་ཏུ་ཡོད་མེད་དུ་བལ་བ་དང་། དབང་ལྷན་ཏག་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་མིན་  
 ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷན་མི་བྱེད་པའི་བྱིར་ན། འདི་  
 དག་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲུབ་བ་ཅམ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་རྒྱ་རྒྱུན་  
 རྟེན་འབྲེལ་ལས་མ་བྱུང་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་དུ་སྒྲུབ་པའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་  
 བའི་ཆོད་མའི་ངེས་པ་བརྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུག་བསྐྱེད་མཐར་བྱེད་པའི་ལམ་  
 ཡོད་པར་ཤེས་གིང་། དེའང་འཆོལ་ཆོས་སུ་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལོག་པ་དང་།  
 ལས་ཟད་པའི་བྱིར་དུ་མེ་ལྷ་བརྟེན་པ་སོགས་ལམ་མིན་པ་དག་ནི་སྒྲིད་པའི་  
 རྒྱ་དང་མི་འགལ་ལ། སྒྲིད་པ་མཐའ་དག་གི་རྩ་བ་སྒྲོངས་བའི་ས་བོན་འབྱེན་  
 པའི་བདག་མེད་གྱི་ཚུལ་སྟོན་པ་འདི་ནི་ལམ་ཡང་དག་སྟེ། མདོ་ལས། འཛིགས་  
 པས་སྒྲུག་པའི་མི་རྣམས་ནི། ལལ་ཆེར་རི་དང་ནགས་ཆེལ་དང་། ཀྱུན་དགའ་  
 དང་ནི་མཆོད་གནས་གྱི། ལྷོན་གིང་ཆེ་ལ་སྒྲུབས་འགྲོ་སྟེ། སྒྲུབས་དེ་གཙོ་  
 བོ་མ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲུབས་དེ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་མ་ཡིན། སྒྲུབས་དེ་ལ་ནི་བརྟེན་  
 བས་སུ། སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱུན་ལས་མི་གྲོལ་གྱི། གང་ཆོག་པ་ཞིག་སངས་རྒྱས་  
 དང་། ཆོས་དང་དགེ་འདུན་སྒྲུབས་སོང་ལ། སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱུན་

འབྱུང་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་ཡང་དག་འདས་པ་དང་། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་བདེ་བ། བྱ་ངན་འདས་པར་འགྲོ་འགྱུར་དང་། འཕགས་པའི་བདེན་  
པ་བཞི་པོ་དག ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ལྟ་བུར་བ། སྤྱུབས་དེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་སྟེ། །  
སྤྱུབས་དེ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་ཀྱང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་ཀུན་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཁོ་ན་ཐར་འདོད་རྣམས་  
ཀྱི་སྤྱུབས་གཅིག་ལུ་དང་། དེའི་བརྟེན་པ་ནི་འཇུག་ལོགས་གཅིག་ལུ་དང་། དེའི་  
དགེ་འདུན་ནི་སྤྱིན་གནས་མཚུངས་པ་མེད་པ་དང་ལམ་གྱི་གྲོགས་ཡིན་པར་  
ངེས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པས་རྒྱ་བྱས་ནས། སྤྱུབས་གནས་དེ་དག་གི་ཡོན་  
ཏན་རྗེས་སྤྲད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྤྱེལ་མར་བརྟོད་པ་ལས། གཏིང་མཐའ་  
མེད་པའི་འཁོར་བ་ནི། རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་རྣམ་པར་གནས། འདོད་ཆགས་  
ལ་སོགས་མི་བཟད་པའི། རྒྱ་སྤྱིན་གྱིས་ནི་ལུས་ཐོས་པས། དེ་རིང་གང་ལ་  
སྤྱུབས་སུ་མཆི། གང་ཞིག་ལ་ནི་ཉེས་པ་ཀྱུན། གང་ཏན་ནས་ཡོང་ཡེ་མི་མངའ་  
ཞིང་། གང་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གནས་གྱུར་བ། །  
གལ་ཏེ་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི། དེ་ཉིད་ལ་ནི་སྤྱུབས་འགྲོ་ཞིང་། དེ་བརྟོད་  
དེ་ནི་བཀུར་བ་དང་། དེ་ཡི་བརྟེན་ལ་གནས་པའི་རིགས། ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། དེས་ན་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩ་ནི་སྤྱུབས་གནས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་རྗེས་སྤྲད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་ན། འཕགས་པ་དགོན་མཚོག་  
གསུམ་རྗེས་སྤྲད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཅད་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འགྱུར་བྱས།



གཞུང་དོན། མཐུག་དོན་བཞི། དང་པོ། རྒྱ་གར་རྒྱ་དུ། ལྷ་རྩ་རྩ་ལ་ཨ་  
 རུ་སྒྲི་ཏི་སྒྲུང་ བོད་རྒྱ་དུ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་རྗེས་སྐྱོད་པའི་  
 མདོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེའང་ལྷ་རྩ་འཕགས་པ། རྩ་དགོན་མཆོག་ ལ་  
 གསུམ། ཨ་རུ་རྗེས་སྐྱོད་ སྒྲི་ཏི་བྲན་པ། སྒྲུང་མདོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་འཕགས་  
 པ་ཞེས་པ་གང་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཡུལ་ལ་ལྷོས་ཏེ་འཐུག་བྱ་ཐ་  
 དད་ཀྱང་། འདིར་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ལ་འཕགས་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །དགོན་མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྩའི་རྒྱ་ལས་དྲང་ན་རིན་པོ་ཆེ་  
 སྟེ། དེའང་འབྱུང་བར་དགོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་དུག་གིས་རིན་པོ་ཆེ་དང་  
 མཚུངས་པས་དེ་རྒྱ་དེས་བྱ་ལ། བོད་རྒྱ་དུ་རིན་ཆེན་ཞེས་པ་ཙམ་གྱིས་དེ་  
 ཙམ་རྣམས་པ་མི་ཐོན་པས། དོན་འབྱུང་དུ་བྱས་ནས་དགོན་པ་དང་མཆོག་གི་  
 རྒྱ་དེས་སྐྱུངས་པའི་ཕལ་བ་བཞི་པོ་དོན་གྱིས་གོ་བའི་བད་དེ་རྒྱ་དེ་མཛད་  
 པའོ། །གསུམ་ཞེས་པ། སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་དང་དེ་ལ་སྒྲོབ་པ་གསུམ་གྱི་  
 གྲངས་ངེས་པའོ། །ཡོན་ཏན་ནི་བསྐྱེད་པའི་གྱི་ཁྱད་པར་གཞུང་ནས་འཆད་  
 པར་འབྱུང་བ་རྣམས་སོ། །རྗེས་སྐྱོད་པ་ཞེས་པ། རྒྱུབས་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 ཡོན་པ་དེ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བར་གནས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒྲོས་རྗེས་  
 སྐྱོད་པར་བྱེད་པའོ། །མདོ་ནི་རྩ་བའམ་སྒྲིང་པོར་གྱུར་པ་ཙམ་ཞིག་བཛྲོད་  
 པའོ། །གཉིས་པ་འབྱུང་བུག ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་བུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་  
 རི་རྩ་རི་སྟེང་གྱི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ་མ་འདྲེས་སྒྲིབ་མེད་དུ་མཁྱེན་པ།

སངས་རྒྱལ་ཉིད་ལ་ལོ་རྩ་བས་འགྱུར་གྱི་སྒྲ་ལོགས་སྤྱག་མཛད་པའོ། །  
གསུམ་པ་གཞུང་དོན་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྱན་པ། ཆོས་  
གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྱན་པ། དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྤྱན་པ་གསུམ།  
དང་པོ་ལ་གསུམ། བྱད་གཞི་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བསྟན། བྱད་  
ཆོས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྒྱས་པར་བཤད། དེའི་སྐབས་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་འདི་  
ལྟར་ནས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཏེ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན། དེ་ལ་འདི་ལྟར་  
མཚན་གྱི་བྱད་པར་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་ཡོངས་སྤྱུག་གསུང་པ་  
དེ་ནི་སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་རང་  
དོན་དང་གཞན་དོན་སྤུངས་སྤུངས་ཆོགས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཆོས་རྣམས་  
གྱི་གནས་ལུགས་རིམ་ལྔ་བ་བཞེན་སྤྱགས་སྤྱུང་པ་ནི་དེ་བཞེན་གསལ་གསུང་པ་སྟེ།  
རང་གིས་དེ་བཞེན་ཉིད་མ་ནོར་བར་རྟོགས་ནས་གཞན་ལ་རྟོགས་སྤྱུང་འཇུག་  
པའང་བསྟན་ཏོ། །དག་བཅོམ་པ་ནི། སྦྱིར་དག་ཞེས་པ་འདི་ག་རྟོན་ན་དགོ་  
ལེགས་འཕྲོག་ཅིང་མི་མཐུན་པ་སྦྱིན་པའི་མིང་དུ་གསུངས་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་  
ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཉིད་དག་ཡིན་ལ། དེ་བག་ཆགས་དང་  
བཅས་པ་དུང་ནས་སྤུང་བ་ལ་དག་བཅོམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱལ་ནི། བརྒྱའི་སྒྲ་གཙོ་བོར་རྟོགས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེའང་སྒྲའི་  
རོ་བོ་གཉིད་སང་པ་དང་། བརྒྱ་རྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པས། འདིར་ཡང་མ་  
རིག་པའི་གཉིད་སངས་ཤིང་ཤེས་བྱ་ལ་སྒྲོ་རྒྱས་པ་འདམ་ལས་གྲོལ་བའི་བརྒྱ་

7

ལ། དེ་དག་གྲང་འཕགས་པའི་སྐྱོད་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དུ་བཞག་  
 པའི་ནང་ཚན་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་རིག་པ་ཡིན་ལ། ལྟ་མ་བདུན་ནི་ཞབས་  
 ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་སྐྱབས་འདིར་རིག་པ་དང་མཐོང་བ་དོན་གཅིག་སྟེ། དཔེར་  
 བ་སྟེས་བྱ་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ན་མིག་གིས་མཐོང་བའི་གནས་སུ་རྒྱུད་པས་བགྱོད་  
 བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། སྤྱིར་རིག་པ་དང་རྒྱུད་པ་འདི་ལ་སྟོབ་པའི་སྐྱབས་སུ་ལྟ་  
 མཐོང་དང་ཞིག་ནས་ལ་སྐྱབས་པ་དང་། མི་སྟོབ་པའི་སྐྱབས་སུ་སྟོན་གནས་རྗེས་  
 དྲན་སོགས་རིག་པ་གསུམ་དང་། ཞབས་རྒྱ་འཕྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་བཞི་དང་ལྟ་  
 སུམ་ཚོགས་པ་བཞི་སོགས་ལ་སྐྱོར་ཚུལ་མང་ཡང་། དོན་གྱི་གནད་གཅིག་སྟེ།  
 དོན་མཐོང་བ་དང་། དོན་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་ནས་ཡང་ཟུང་དུ་འབྲེལ་དགོས་  
 པས་ན་སྐྱབས་སོ་སོར་གོ་བ་བྱེ་སྟེ་ལེན་པ་ནི་གཞུང་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་  
 པར་དུ་མདོ་འཆད་པ་ལ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བུ་ཤེས་རབ་ནི་མིག་དང་འདྲ་སྟེ་རིག་པ་འཕམ་མཐོང་བ་ཡིན་ལ། ཡང་དག་  
 འཆོ་བ་སོགས་ལྟ་མ་ན་མས་བསྐྱབ་པ་གཞན་གཉིས་སུ་འདུ་བ་ཡིན་ཞིང་།  
 སྟོན་དང་བྱི་མཐའ་བར་གྱི་ཆ་ལ་སྐྱོངས་པ་བསལ་བའི་སྟོན་སྐད་གོས་པའི་དབང་  
 གིས་མི་སྟོབ་པའི་རིག་པ་གསུམ་ཞེས་བཞག་པའང་ཤེས་རབ་ལས་མ་འདས་  
 མོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་བདེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་བྲན་ན་མེད་པའི་  
 གོ་འཕང་བརྟེས་པ་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་འང་ལམ་རི་ལྟར་  
 བདེ་ཞེན། ཐེག་པ་འདི་ནི་མཁའ་འདྲ་གཞལ་མེད་ཁང་ཆེན་ཏེ། །དག་འ་སྤྱིད་

བདེ་བ་མངོན་པར་འཐོབ་བྱེད་ཐེག་པའི་མཆོག། །དེ་གང་ཞོན་ནས་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལྟ་རྟོག་སྒྲོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཤེས་རབ་སྒྲིང་བ་ཉིད་དང་། ཐབས་སྒྲིང་  
 རྗེ་དང་སྒྲོན་ལམ་བསམ་གཏན་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རོལ་བ་  
 ཚད་མེད་པས་དོན་གཉིས་འབྲུབ་པའི་སྒྲིབས་བརྗེ་བ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྲས་སུའི་མཆོག་ལ་ལེགས་པར་གཤེགས་པ། སྤར་མི་ལྡོག་པར་གཤེགས་  
 པ། མ་ལུས་པར་གཤེགས་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ལ་དང་པོ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པ་འཁོར་བའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀུན་འབྱུང་གི་ཉིས་པའི་དྲི་བ་  
 མོ་ཡང་མེད་པར་གཤེགས་པ་ནི་ལེགས་པ་འཕམ་མཛེས་པར་གཤེགས་པ་སྟེ།  
 སྤྲེས་སུ་གཟུགས་མཛེས་པ་ལྟ་སུའོ། །དེས་ནི་འཁོར་བ་ལས་བྱུང་པར་བྱས་  
 པ་སྟེ། སྤྱིད་པ་བ་རྣམས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལྟ་འབྲས་ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཕྱིར་མི་ལྡོག་པར་གཤེགས་པ་ནི་བདག་ལྟའི་ས་བོན་དྲུང་ནས་འཕྱིན་  
 པའི་ཕྱིར་བུད་ཤིང་བཞེགས་པ་སྤར་མི་སྤྱེ་བ་བཞིན་དུ་འཁོར་བའི་གནས་སུ་  
 སྤར་མི་ལྡོག་པ་སྟེ། རིམས་ནད་ལེགས་པར་བྱང་བ་བཞིན་ནོ། །འདིར་རིམས་  
 བྱེད་ཅེས་པ་རིམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་འབྱུང་པའི་ནད་ལས་གྲོལ་ཟིན་གྱི་གང་ཟག་  
 དེ་ལ་ཆེད་ཉིད་དུ་ནད་དེས་མིན་པར་དབེར་མཛད་པའོ། །གཤེགས་ཚུལ་དེས་  
 བེད་ཀ་ལྟའི་ས་བོན་མ་སྤངས་པའི་ཕྱི་རོལ་པའི་ལམ་ལས་བྱུང་པར་བྱས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དག་སྤྱིད་ཅེའི་བར་དུ་སོང་ནའང་སྤྱིད་པའི་ར་བ་ལས་འདའ་མི་  
 རུས་པའོ། །མ་ལུས་པར་གཤེགས་པ་འཕམ་རྗོགས་པར་གཤེགས་པ་ནི་སྤངས་

རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚུལ་མ་བརྟེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་སྟེ།  
དབང་ན་བུམ་པ་བཅུད་གྱིས་ཡོངས་སུ་གང་བ་བཞིན་ནོ། །འདིས་ཉན་རང་  
ལས་ཁྱད་ཕྱེ་སྟེ། དེ་དག་ལ་བྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་སྤངས་རྟོགས་མ་  
རྟོགས་པའི་ཁྱད་པར་ཡིན་པས་སོ། །འདི་དག་གི་ཚུལ་ཡང་སེམས་རང་བཞིན་  
གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་། དྲི་མ་གློ་བུར་བ་ཡིན་ཞིང་། དྲི་མ་དུང་འབྱེན་གྱི་  
གཉེན་པོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡོད་པ་དང་། ལམ་  
དེའང་ཐབས་གྱིས་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྟོབས་གྱིས་སྤངས་རྟོགས་རྟོགས་  
པར་རུས་པ་དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་པས་བྱུང་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་གལ་ཆེ་  
སྟེ། རྒྱས་པར་ཆོས་གྱི་བྲགས་པའི་གཞུང་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་  
དག་གིས་རང་དོན་སྟོན་སུམ་ཚོགས་པ་བརྟན་ནས། ད་ནི་གཞན་དོན་དུ།  
འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་ཞེས་སོགས་གྱི་དོན། འཛིག་རྟེན་ཞེས་པའི་སྒྲ་སྟོན་དང་  
བཅུད་དང་སྟུག་བསྐལ་སོགས་འཇུག་བྱ་མང་ཡང་། རྒྱབས་འདིར་མཁའ་  
ཁྱབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་ཡེ་ཤེས་གྱི་གཟིགས་པ་སྒྲིབ་མེད་དུ་འཇུག་པས་  
གདུལ་བྱའི་རྒྱལ་བ་དེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་འབྲུལ་རྣམ་པར་རོལ་བ་ལ་མངའ་  
མཛད་པའི་བྲགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་གྱི་དོན་ཅན་དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་  
པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལུ་ཁྱེ་རྒྱུད། ལུ་ཁྱེ་ཉམ་ཐག ལུ་ཁྱེ་གདུལ་བར་བྱ་ཞེས་ཉིན་མཚན་  
དུས་ཀུན་དུ་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ལ་གཟིགས་ཤིང་ཀུན་ནས་མཁྱེན་པས་གདུལ་  
བྱལ་དུས་ལས་ཡོལ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་ཉིད་དེ་ནི་གཞན་དོན་སྟོན་ཚོགས་

གྱི་རྒྱུ་ལོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས། སྐྱེས་སུ་འདུལ་བའི་  
 ཁ་ལོ་སྦྱར་བ། སྤྲོ་ན་མེད་པ། ཞེས་སྐྱེས་སུ་ནི་གདུལ་བྱ་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་  
 རྣམ་པ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ལ། འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་ན་གིང་  
 ཏྲ་དང་ཏྲ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་གང་དུ་དྲང་བ་པོ་དེ་ལ་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ་ཞེས་གྲགས་  
 བ་བཞིན་དུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་སྤྱིད་པ་ཉམ་ང་བའི་གཡང་ས་ལས་སྐྱེས་  
 སུ་རྣམས་ཐར་བའི་གནས་སུ་ཁ་ལོ་སྦྱར་བ་པོ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྤྱད་ཅེས་བྱའོ། །  
 རི་ལྟར་འདུལ་ཚུལ་ཡང་། རྒྱལ་པོས་ཁྲིམས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལྟ་བུ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
 ལ་སྦྱོར་བ་མིན་པར། མཐའ་གཉིས་སྤངས་པའི་ལམ་གང་ལ་ཁྱུགས་པའི་དུས་  
 སུ་ཡང་བདེ་བ་མི་ཟད་པའི་འབྱུང་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པར་དགྱི་ཞིང་།  
 གིན་ཏུ་གདུལ་བར་དཀའ་བ་ཆགས་ཅན་གཙུང་དགའ་བོ་དང་། སྤང་བ་དྲག་  
 པོ་སོར་ཐེང་ཅན་དང་། ཁེངས་བ་ལྟང་རྒྱས་འོད་སྤྱུང་དང་། དབང་པོ་རྩལ་བ་  
 ལམ་རྒྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡང་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐའ་ཡས་པས་གདོན་མི་ཟ་བར་  
 འདུལ་བར་མཛད་པ་དང་། གང་གིས་ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་ཁེངས་ན་ཡལ་བར་བོར་  
 བའི་གདུལ་བྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་གང་འདུལ་གྱི་སྤོན་ལས་ནམ་མཁའ་སྤྱིད་  
 དུ་འཇུག་པས་ན་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཞེས་སོ། །དེ་ནི་རི་ལྟར་འདུལ་བ་དངོས་སོ། །  
 ཐབས་གང་གིས་འདུལ་ན། ལྟ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཞེས་སྤྲུག་ཏེ། འགྲོ་  
 བ་ཡོད་དོ་ཅིག་གི་སྟོན་པ་ཡིན་ཡང་། ཐུབ་པ་ལས་དངོས་སུ་ཆོས་ཉན་ཅིང་  
 འཕགས་ལམ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་བྱུང་བར་བ་ཡིན་པས། ལྟ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་

པ་ཞེས་གདུལ་བྱའི་གཙོ་བོ་དེ་གཉིས་གྱིས་མཚོན་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་  
ལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པས་རྒྱུད་གྲོལ་བར་མཛད་པའོ། །དེ་  
ལྟར་རང་གིས་སྤངས་རྟོགས་རྟོགས་པར་མཛད་ནས་གཞན་ལ་བརྟེ་བས་ཚོས་  
སྟོན་པ་དེ་ནི་སྟོན་པ་སྒྲ་མེད་པ་ཞེས་རང་གཞན་གྱི་སྟོན་པའི་བྱུང་བར་གཤམ་  
ནས་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གི་མཛུགས་སྐྱེད་གྱིད་བད་དུ་བྱས་ཏེ།  
སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཏེ་ཞེས། དེ་ལྟར་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
སངས་རྒྱས་དེ་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཞེས་བྱ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཞེས་པས་ཀྱང་  
སྤངས་རྟོགས་གཉིས་དང་། བཙུམ་ལྡན་འདས་ཞེས་པས་ཀྱང་སྤངས་རྟོགས་  
གཉིས་ཀ་མཚོན་ལུས་པ་སྟེ། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་སྤྱད་བཤད་ཟིན་ལ། བཙུམ་  
ལྡན་འདས་ཞེས་པ་སྟེ། གཉིས་སྒྲ་བཙུམ་ལྡན་ལ་བ་དང་ལེགས་པ་ལ་འཛུགས་  
པས། བདུད་བཞི་བཙུམ་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་ལ་མངའ་བའོ། །ཡང་ན་  
དབང་ཕྱུག་སོགས་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དུག་དང་ལྡན་པ་ལ་བཙུམ་ལྡན་  
ཞེས་བྱ་ལ། དེའང་སྒྲ་འཛུགས་པ་ཙམ་གཙོ་བོར་མི་བྱ་བར། དེས་ཚིག་གི་བཤད་  
པ་ཐུན་མོང་མེན་པའི་ལུས་པ་སྒྲའི་ཁོང་ནས་བཏོན་ཏེ། འདས་ཞེས་པའི་  
ཚིག་སྒྲ་ཐབས་སུ་བསྟན་ཏེ་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཞེས་བྱི་རོལ་བའི་ལྟ་ཚེན་པོ་  
སོགས་ལས་བྱུང་བར་དུ་བྱེད་པའོ། །དེས་ན་བཙུམ་ལྡན་འདས་དང་སངས་  
རྒྱས་ཞེས་པའི་སྒྲས་དོན་གྱིས་ན་གོང་གི་སྤངས་རྟོགས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
འགྲེལ་པ་ལ་ལའང་འདི་བྱུང་གཞི་དང་གོང་མ་བྱུང་ཚོས་སུ་སྤྱད་ཡང་དོན་གྱིས་



གང་ལྟར་ཡང་ཁྱད་མེད་མོད། དང་པོར་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་ནི་ཞེས་པའི་ཚིག་གི་རྒྱས་པས་ཁྱད་གཞིར་སོང་བ་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་བདེའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པ་བཤད་ལ། གཞན་དོན་དུ་འཛིག་རྟེན་ན་སྣང་བའི་རྩྭ་དང་། རང་དོན་དུ་སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྩྭ་གཉིས། དང་པོ་ལ་རི་ལྟར་སྣང་བ་དང་། སྣང་ནས་དོན་མཛད་པའི་རྩྭ་གཉིས། དང་པོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ནི་ནས། མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ་ཞེས་པའི་བར་གྱི་དོན། བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི། གཞན་དོན་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཚད་མེད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྩྭ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་བསོད་ནམས་དག་གི་རྩྭ་མཐུན་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། མདོ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཟག་མེད་དག་པ་ཡི། ཚོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ཡིན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བསོད་ནམས་དེའང་སོ་སྟེའི་དག་པ་ལྟར་འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་ཟད་པ་དང་། ཉན་རང་གི་དག་ཅུ་ལྟར་བྱུང་པོ་ལྟག་མེད་དུ་འང་མི་ཟད་དེ་ནམ་མཁའ་རི་མེད་དུ་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའང་ཀུན་རྫོབ་དུ་གཞན་དོན་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟོར་བའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་ཟིན་པ་དང་། དོན་དམ་པར་དམིགས་པ་མེད་པས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་རོ་མཉམ་པར་གཟིགས་གིང་། ཡང་དག་པར་ན་བདེན་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་རྩྭ་ཅན་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེའི་སྐྱབས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ལས་སོ། །གཞན་ཡང་འདིའི་གཟུགས་སྐྱབས་སོགས་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྩྭ་མཐུན་ཡིན་ཞིང་། བསོད་ནམས་དེའང་འབྲས་

ཐུ་ལན་གཅིག་སྒྲིན་ནས་ཟད་པ་ཅམ་མིན་པར་ནམ་ཡང་ཆུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ལ་  
དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། འདི་ལ་བསྐྱུན་པའི་དགོ་ཅ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནམ་ཡང་ཆུད་  
མི་ཟ་བ་སྟེ། ཕལ་པོ་ཆེ་ལས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་པ་བྱས་པས་  
ཀྱང་། ཆོད་མེད་པ་ཡི་བསོད་ནམས་ཐུང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། ཉོན་མོངས་  
འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་སྤངས་སྤྱར་དུ། །འདུས་བྱས་འདི་ནང་  
བར་མདོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས་ཆུ་ཐིགས་གཏམས་པའི་  
དཔེ་སོགས་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ལྟར་ཆུ་ཐིག་གི་ཁར་  
ཞུགས་པ་བཞིན་འཛིན་ཡང་མི་གཏོང་བ་ཉིད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་  
དུས་བཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་བརྟེས་པ་ལ་ལན་གཅིག་མོས་པ་ཡང་  
རྒྱ་མཆོད་ལ་ཆུ་ཐིགས་འཐོར་བ་བཞིན་ནོ། །བཟོད་པས་བརྒྱན་པ་ཞེས། གཞུགས་  
རྒྱ་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་བཟོད་པ་སྟེ། རི་རྒྱུད་དུ། བཟོད་  
པས་གཞུགས་བཟང་དམ་པ་རྒྱ་ཆེན་འཐོབ་འགྱུར་ཏེ། །གསེར་མདོག་སྐྱུག་  
ཅིང་འགོ་བས་བལྟ་བའི་འོས་སུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་བཟོད་པ་ཆད་མེད་  
པའི་ཕ་རོལ་དུ་ཐྱིན་པ་ལས་བྱུང་བས་ན། བཟོད་པས་བརྒྱན་པ་ཞེས་རྒྱའི་ཆ་  
ནས་སམ། ཡང་ན་དོ་རྗེ་ལྟར་འཕྲེགས་པ་སྟོབས་ཆད་མེད་པའི་རྒྱ་འདི་ཁྱེན་  
ལ་རག་མི་ལས་པས་འདི་བཟོད་པས་བརྒྱན་པ་སྟེ། རྟོང་གསུམ་གྲངས་མེད་  
པ་བྱུག་གིས་འདེགས་གིང་འཛིག་རྟེན་ཆད་མེད་པའི་ཕ་རོལ་དུ་འཕངས་ཀྱང་  
འགོ་ལ་མི་གཞོད་པ་སོགས་དང་། བསོད་སྟོམས་གཅིག་ཀྱང་མ་གསོལ་བཞིན་

བསྐྱལ་བ་ཚད་མེད་པའི་བར་དུ་བཞུགས་ཀྱང་སྒྲོ་དུབ་དང་ངལ་བ་མེད་པ་  
 མོགས་སྒྲུ་ཡིས་མི་རྣམས་པ་གང་ཡང་མེད་པ་ལའང་སྒྱུར་རོ། །བསོད་ནམས་  
 གྱི་གཏེར་རྣམས་གྱི་གཞི། ཞེས་གཏེར་ནི་མི་ཟད་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་  
 ག་ཞེགས་པའི་བ་སྒྲུའི་ཁུང་བུ་གཅིག་ཀྱང་བསོད་ནམས་པ་མཐའ་གཟུང་དུ་  
 མེད་པས་ན། སྒྲུ་འདི་ནི་བསོད་ནམས་ཚད་མེད་པའི་གཞི་རྟེན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་  
 མོ། །དེའང་རྟོ་འཕང་པའི་མདོ་ལས། འཛམ་གླིང་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་གྱི་  
 བསོད་ནམས་བསོམས་པས་གླིང་གཅིག་གི་བདག་པོ་འཁོར་སྒྱུར་གྱི་བསོད་  
 ནམས་གྱི་བརྒྱ་སྟོང་གི་ཆར་ཡང་མི་བཟོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གླིང་གཉིས་གྱི་  
 བསོད་ནམས་གྱིས་གླིང་གཉིས་པ་སོགས་གྱི་འཁོར་སྒྱུར་གྱི་བསོད་ནམས་ལ་  
 ཆར་ཡང་མི་ཟོད་ལ། གླིང་བཞི་པའི་འཁོར་སྒྱུར་བྱེ་བ་སྟག་འབུམ་གྱི་བསོད་  
 ནམས་དེས་རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞི་པའི་ལྟ་རྣམས་གྱི་བསོད་ནམས་གྱི་བརྒྱ་སྟོང་  
 གི་ཆར་མི་ཟོད་ལ། རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་ལྟ་བྱེ་བ་སྟག་འབུམ་གྱིས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་  
 པོ་བཞི་དང་། རྒྱལ་པོ་བཞིའི་བསོད་ནམས་བྱེ་བ་སྟག་འབུམ་གྱིས་སུམ་རྩ་  
 རྩ་གསུམ་པའི་ལྟ་རྣམས་དང་། རྩ་གསུམ་པའི་ལྟ་འོ་བསོད་ནམས་བྱེ་བ་སྟག་  
 འབུམ་གྱིས་བརྒྱ་བྱིན་དང་། དེ་ནས་འཐབ་བྲལ་དང་། ལྷའི་བྱ་རབ་འཐབ་  
 བྲལ། དགའ་ལྡན་དང་། ལྷའི་བྱ་ཡོངས་སྒྱ་དགའ་ལྡན་དང་། འཕྱལ་དགའ་  
 དང་། ལྷའི་བྱ་རབ་འཕྱལ་དགའ། གཞན་འཕྱལ་དབང་བྱེད་དང་། ལྷའི་བྱ་  
 དབང་སྒྱུར་དང་། ཚངས་རིས། ཚངས་པ་སོགས་ནས་འོག་མིན་གྱི་བར་བྱེ་

བ་ཐུག་འབུམ་འབྱུར་གྱིས་གོང་དུ་བསྐྱེས་པ་དང་། འོག་མིན་པའི་ལྷ་བྱེ་བ་ཐུག་  
འབུམ་གྱིས་རང་རྒྱལ་བསེ་རུ་ལྷ་བྱ་གཅིག་གི་བསོད་ནམས་དང་། དེ་ནས་  
ཀྱང་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པ་དང་། སྤྱིད་པ་ཐ་མ་བ་གཅིག་གི་བསོད་  
ནམས་བྱེ་བ་ཐུག་འབུམ་གྱིས་བསྐྱེ་ཞིང་། བྱང་སེམས་སྤྱིད་པ་ཐ་མ་བ་གྲུ་འི་  
ཀྱང་གི་བྱེ་མ་དང་མཉམ་བ་སྟེད་ཀྱི་བསོད་ནམས་དེས་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་བརྒྱ་སྟོང་གི་ཆ་དང་། དཔེ་དང་གྲངས་དང་རྒྱར་ཡང་  
མི་འཕྲོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་  
ཕྱང་པོ་བརྒྱ་འབྱུར་གྱིས་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་བ་སྒྲུའི་ཕྱང་བྱ་གཅིག་འབྱུབ་  
ལ། བ་སྒྲུ་ཐམས་ཅད་འབྱུབ་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་བརྒྱ་འབྱུར་གྱིས་  
དཔེ་བྱད་གཅིག་དང་། དཔེ་བྱད་ཐམས་ཅད་འབྱུབ་པའི་བསོད་ནམས་སྟོང་  
འབྱུར་གྱིས་མཛོད་སྒྲུ་གཙུག་ཏྲར་ཆོས་དུང་གསུམ་མ་གཏོགས་པའི་མཚན་  
རེ་རེ་འབྱུབ་ལ། མཚན་ཉེར་དགུ་པོ་ཐམས་ཅད་འབྱུབ་པའི་བསོད་ནམས་  
མི་འབྱུར་གྱིས་མཛོད་སྒྲུ། མཛོད་སྒྲུ་འབྱུབ་པའི་བསོད་ནམས་འབུམ་འབྱུར་  
གྱིས་གཙུག་ཏྲར། གཙུག་ཏྲར་འབྱུབ་པའི་བསོད་ནམས་ཕྱང་པོ་བྱེ་བ་ཐུག་  
འབུམ་འབྱུར་གྱིས་གསུང་ཆོས་ཀྱི་དུང་འབྱུབ་པར་གསུངས་པ་དང་། གཞན་  
ཡང་ལམ་ཀྱི་དུས་སྒྲིབ་སོགས་ཚད་མེད་པ་ལ་སྟོན་ཅིང་། དེ་ཡང་སྟོན་དང་  
རྒྱ་འབྱུལ་སྟོན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ས་འོག་མར་རི་ཙམ་སྒྱུད་པ་གོང་མའི་སྐད་  
ཅིག་རེ་རེ་ལ་འབྱུབ་པ་དང་། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་

བའི་རྒྱ་ཐུན་སྤུ་མཚོགས་པ་ཇི་ལྟར་སྒྲུ་ཉམས་སྤྱུ་བསྟར་བའི་ཚུལ་མདོ་རྟེན་མས་  
 དང་བཟང་པོ་སྦྱོད་པའི་སྦྱོན་ལམ་གྱིས་མཚོན་ཏེ་གེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་འདི་  
 བསོད་ནམས་ཚད་མེད་པའི་གཞི་ཡིན་པར་མ་ཟད། གཞི་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
 གྲུང་བསོད་ནམས་ཚད་མེད་པ་འཕེལ་བ་ཡིན་ཏེ། ད་ལས་ཀྱང་དང་གཞོན་ཀྱང་  
 གསེར་མདོག་གི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །མདོ་ལས་གྲུང་།  
 བསོད་ནམས་བརྒྱ་བའི་མཚན་དང་ལྡན་པས་ན། །ལྟར་བཅས་འཛིག་རྟེན་ནང་  
 ན་བསོད་ནམས་གཏེར། །མཐོང་དང་ཐོས་དང་བཞད་པ་མཛད་པས་གྲུང་། །  
 སེམས་ཅན་ཀྱང་ལ་ཕན་པར་མཛད་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 ནོ། །འབྲས་བུ་གཟུགས་སྒྲུ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡང་སེན་མོ་ཟངས་ཀྱི་མདོག་  
 ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུས་བཀྲ་བས་ན། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྤྲས་པ་ཞེས་དང་། ཡང་ཕྱག་ཞབས་ཀྱི་མཐིལ་ན་འཁོར་ལོ་རྩིབས་  
 སྟོང་གི་རི་མོ་གསལ་བས་མཚན་པ་སོགས་མཚན་སོ་གཉིས་ཀྱིས་མཛེས་པ་  
 ལ། མཚན་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་ཞེས། ཡིད་དུ་འོང་བའི་མེ་ཏོག་རྣམ་  
 བར་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་མཚན་གྱི་མེ་ཏོག་ལ། དེའི་ཆ་གསལ་དཔེ་བྱད་ཀྱི་ཟེའབྲུ་  
 གསལ་བས་མཛེས་པས་འགྲོ་བ་ཀྱན་གྱི་དགའ་བ་འཕེལ་བའོ། །དེ་འདྲ་བའི་  
 རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐུན་སྤུ་མཚོགས་པའི་སྒྲུ་དེ་ནི་སྦྱོད་ལམ་རྣམ་བཞི་གང་  
 མཛད་གྲུང་བ་སྤྱིའི་གཡོ་བ་སྤྲོ་མོ་ཚུན་ཆད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་  
 འགའ་ཡང་མེད་པས། གང་སྤྱི་གིས་མཐོང་བ་དེའི་ཁམས་དབང་བསམ་

པ་དང་མཐུན་པར་འཇུག་པས་ན་སྟོད་ཡུལ་རན་པར་མཐུན་པ་ཞེས། སྟོད་ཡུལ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་། རན་པ་གཏུལ་བྱའི་རྒྱུད་དང་། མཐུན་པ་ཞེས་འགྲོད་  
པའོ། །དེ་ནི་ཡིད་དུ་འབབ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ནས་ཡིན་ལ། ཡང་མཐོང་བ་  
པོ་དེས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཆོན་ཡིད་ལ་མི་མཐུན་པའི་རྣམ་  
པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྒྲིམ་སྒྲིལ་བས་སྟོན་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་མཐོང་ན་མི་མཐུན་  
པ་མེད་པ་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་སྤང་ནས་དོན་མཛད་ཚུལ་ལ། གང་གི་དྲུང་དུ་  
འགོ་བ་བྱེ་བཤ། དུ་བསྟན་པ་དང་། སྤྱིར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་དྲུང་དུ་འགོ་བཞེད་དང་པས་འགོ་བའམ། བརྒྱལ་བར་འདོད་པས་འགོ་  
བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས། དང་པོ་སྟོད་མའི་ཕྱིར་རམ་སྟོན་གྱི་དགེ་ཅུས་བསྒྲུལ་  
བའམ། ཡིད་ཆེས་ནས་མཚོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་འགོ་བའི་གང་ཟག་རྣམས་  
ཀྱིས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་མཐོང་བ་ན་སེམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ཞི་བའི་དད་པ་  
ངང་གིས་སྒྲེ་ཞིང་། དེར་དད་པས་རྒྱ་བྱས་ནས་དུས་དེར་མོས་བཞིན་དུ་ལྟ་བ་  
དེ་དག་ལ་དགེ་སྟོང་བསམ་གཏན་ལ་ཞུགས་པའི་བདེ་བས་ཀྱང་མི་མཚོན་པ་  
དགའ་བ་ཆེན་པོ་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་འཕེལ་བས་ན་དད་པས་མོས་པ་རྣམས་  
ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་བརྒྱལ་བའི་བསམ་པས་འོང་བ་དག་  
ཀྱང་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་དྲུང་དུ་སྟགས་པ་ན་ཟེལ་མི་བཟོད་པར་ཉི་མས་  
རྒྱ་སྤར་བཞིན་དུ་མོག་མོག་པོར་སྤར་ནས་ཁེངས་པ་དང་བྲལ་ཏེ་ཞི་བའི་བདེ་  
བ་ལ་རེག་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཐུགས་ཀྱི་

མཁུན་པ་ནི་ཅི་ལ་འང་ཆགས་ཐོགས་མེད་པས་ན་དེའི་ཤེས་རབ་ནམ་ཡང་སྤྲུལ་  
 གྲང་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་ན་ལྷ་ས་བྱིན་གྱིས་ཤིང་གི་སོལ་  
 བ་དུ་མའི་སྤར་མ་དང་། ཡུ་གྲ་མིང་ཆེན་གྱིས་སེར་སྒྲུའི་གྲོང་གི་ཁྱིམ་རི་སྟེང་  
 ཡོད་པ་ལས་འབྲས་གྱི་སྤར་མ་རེ་རེ་སྤངས་པ་སོ་སོའི་ནང་དུ་གང་ལ་སྤངས་  
 པའི་མིང་བྲིས་ཏེ་བརྟུག་པ་སྤང་བོ་ཆེའི་ཁལ་ལོངས་པ་སོ་སོ་ནས་ལུང་བརྟན་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་ཏེ་གང་དང་གང་བྲིས་པ་ལ་མི་མཁུན་པ་དང་  
 མི་གཟིགས་པའི་གྲུན་ཀ་གདགས་སུ་རུང་བ་གཞི་མི་གྲིང་པས་ཤེས་རབ་ཟིལ་  
 གྱིས་མི་ཞོན་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རོ་འཕང་བའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་  
 ཟབས་སྒྲུད་པག་ཆད་བརྒྱད་ཁྱིམ་ཡོད་པ། རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ཏུ་མེད་པ་དེ་སྤྲུག་ཆའི་  
 ཉིང་ཁུས་ཡོངས་སུ་གང་བར་གྱུར་ཅིང་། རིའི་རྒྱལ་པོ་རེ་རབ་དཔག་ཆད་བརྒྱད་  
 ཁྱི་རྒྱ་ནང་དུ་རུབ་ལ་བརྒྱད་ཁྱི་རྒྱའི་ནང་ནས་འཕགས་ཏེ། རོས་བཞི་རིན་པོ་  
 ཆེ་བཞི་ལས་བྲས་པ། རྒྱུགས་བཞིར་སྤྱིང་བཞི་ཡོད་པ་དེ་གོ་གའི་ཤོག་ཤོག་  
 ཅམ་དུ་གྱུར་ཅིང་། སྤྱིང་བཞིའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་གང་སུ་ཡོད་ཀྱི་གངས་  
 གྱི་ཡི་གེ་བར་གྱུར་ལ། ས་སྟེང་ན་རྩ་ཤིང་གི་རིགས་ཅི་ཡོད་པ་སྤྲུག་བྲས་  
 ཏེ་བྲིས་ན་སྤྲུག་ཤོག་སྤྲུ་གུ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར་གྱི། དགོ་སྟོང་  
 ཡུ་རིའི་སྤའི་ཤེས་རབ་ཆ་ཅམ་ཡང་མི་འཛད་ལ། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོ་  
 འདི་ཡུ་རིའི་སྤ་དང་འདྲ་བའི་ཤེས་རབ་ཅན་དག་གིས་གང་བར་གྱུར་གྲང་། དེས་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྒྱ་སྟོང་གི་ཆ་དང་། དཔེ་དང་གྲངས་

དང་རྒྱུར་ཡང་མི་འགྲོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཐུགས་ལ་ཤེས་  
རབ་པ་མཐའ་མེད་པ་མངའ་བ་དེ་བཞིན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིའི་སྟོབས་  
སོགས་སྟོབས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གོང་དང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིན་པས་ན།  
ཐུགས་དྲུས་ཀྱི་ཁོངས་ན་གང་གིས་ཀྱང་བརྗེ་བར་མི་རྒྱས་པས་སྟོབས་རྣམས་  
ལ་བརྗེ་བ་མེད་པ་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་འདི་སྐབས་འགྲེལ་བ་ལ་ལ་ན། སྟོབས་  
འདི་ཐུགས་ཀྱི་སྟོབས་བརྒྱུ་ལ་བཤད་པ་དང་། སྒྲིའི་སྟོབས་ཁོན་ལ་བཤད་པར་  
འདུག་ཀྱང་། དོན་དུ་སྟོབས་བརྒྱུ་ནི་ཡུལ་གྱིས་བརྒྱུར་བྱེ་བ་མ་གཏོགས་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་སྟོབས་ཡིན་ལ། སྟོབས་རྣམས་ཞེས་སྒྲ་ཁོན་ར་མ་ཟད། རྩ་འབྲུལ་  
སོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱང་བསྐྱུད་གོས་པ་ཡང་དག་པའི་ངེས་པའོ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྒྲིའི་སྟོབས་ཚད་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། རེ་ཞིག་མཆོན་པ་ཅམ་  
དུ་བཤད་ན། རྩོན་བཅོམ་འདས་སྡིག་པའི་སྡིན་བྱ་བ་དང་བའི་ནགས་ཁྲོད་ན་  
བཞུགས་ཆོ། ཡུལ་དེའི་གྲང་རྣམས་ཀྱིས་བསོད་སྟོམས་ལ་སྒྱུན་དྲང་བ་ན། ཀྱ་  
ཤེས་གོང་དང་རྒྱ་གྲང་དབྱིག་ལྟན་གྱི་བར་ན་ལམ་དེར་དོ་ཆེན་པོ་གཉེན་དུ་འདོམ་  
བཅོ་ལ། རྒྱུར་འདོམ་ཕྱེད་བརྒྱད་ཡོད་པ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་གྲང་རྣམས་འདི་  
སྟམ་དུ། དོ་འདི་ཐུགས་གཞན་དུ་བཞག་ན་ལམ་བསལ་བས་སངས་རྒྱས་ལ་  
མཆོད་པར་འགྱུར་ཞིང་། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱང་གྲགས་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་  
དུ་ཀྱ་ཤེས་གོང་གི་གྲང་སྟོབས་པོ་ཆེ་རྣམས་འདུས་ནས། རྩ་བ་ལང་རུ་གྲང་  
པོ་ཐུ་མཆོག་སྟོས་ཀྱི་སྒྲ་དཔོ་ཆེ་བརྒྱ་ཐུག་དུ་མ་ཁྲིད་ནས་དོ་དེ་ལ་ཐག་པས་



དགྲིས་ནས། ཁ་ཅིག་སྐྱེས་བཅས་ཏེ་རྩ་བལ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་སྐྱེས་ཀྱིས་དགྲི  
ནས་འཕྲེན། ཁ་ཅིག་ཐོང་ལྷགས་བརྒྱས་གཞི་ནས་འབྱེན། ཁ་ཅིག་གིས་དགྲ་  
སྐྱེས་གཙོང་། ཁ་ཅིག་རྩོམ་ཇི་ལྟ་བུ་བ་དག་གིས་བྱེ་མར་འདོད་ཅིང་། མི་  
དང་ལྷགས་དུ་མས་བསྐྱེད་ཞིང་། ཁ་ཅིག་སྐྱོན་དང་སྤྲུགས་ཀྱིས་གཞིག་པར་  
བརྩམས་ཀྱང་། རྩོམ་དེ་བསྐྱེད་ཀྱང་མ་རྩུས་བསྐྱེད་ལྷག་པ་དང་། བཅོམ་  
ལྷན་འདས་དེར་གཤེགས་པ་ན་དག་འབས་མདུན་བསྐྱེས་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏུ་འཁོད། དེར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གཞོན་ལུ་དག་ཅི་འདི་ངལ་བར་བྱེད་  
དམ་ཞེས་གསུངས་པ་ན། དེ་དག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་གསོལ་ཏེ། བདག་  
ཅག་གིས་ཞག་ཉི་ཤུ་རྩ་དགུར་བཅོན་པ་བྱས་ཀྱང་རྩོམ་པོ་བསྐྱེད་ཀྱང་མ་  
རྩུས་བསྐྱེས་གཞོན་དུ་འཕང་བ་ལྟ་བུ་ལ་སྡེ་སྡེ་དུ་ལྷག་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་  
གསོལ་བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་རྩོམ་པོ་ཕྱོགས་གཞོན་དུ་འཕང་བར་འདོད་  
དམ་ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་མཆོག་ཏུ་འཆོལ་ཞེས་གསོལ་  
བ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཞབས་ཀྱི་མཐེ་བོང་གཡས་པས་ཡང་དག་  
པར་བསྐྱེད་ཞིང་གཞི་ནས་མ་ལུས་པར་བྱུང་སྟེ། ལྷག་གཡོན་པས་བྱུངས་ནས་  
ལྷག་གཡས་ཀྱི་མཐེལ་དུ་བཞག་སྟེ་ཡུད་ཙམ་ཞིག་དགོངས་ནས་ཁྱེན་དུ་ཆངས་  
པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་བར་དུ་འཕངས་ཏེ་མིག་ལམ་དུ་མི་སྤྲང་བར་གྱུར་བ་དང་།  
དེའི་སྐྱེས་ཀྱང་དག་དངངས་བར་གྱུར་ཏོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མ་འཛིགས་  
ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་དང་། ཁྱེན་དུ་འཕངས་ཙམ་གྱིས་འདུ་བྱེད་མི་རྟག་པ་དང་།

ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་དང་། བྱང་འདས་ཞི་བའི་སྐྱེ་བྱུང་ངོ་། །སྤྱིར་  
འཁོར་ནས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཕྱག་མཐིམ་དེ་ཉིད་ཏུ་གནས་པར་གྱུར་  
ཏོ། །དེ་ནས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཞལ་གྱི་དབུགས་ཀྱིས་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཏུ་  
མཛད་ངོ་། །ཕྱི་མར་བྱས་ནས་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ་ཕྱེ་མའི་ཆར་བབས་པ་དང་། རྩོ་  
ཆེན་པོ་དེ་མེད་པས་བྱུང་ནམས་ཡིད་མ་བདེ་བ་མཁྱེན་ནས། རྩོའི་རྩལ་མ་ཆར་  
བ་མེད་པ་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྱི་མ་ལྟར་མཛད་ནས་དབེན་པའི་ཕྱོགས་ཤིག་ཏུ་གནས་  
པར་མཛད་པ་དང་། བྱུང་ནམས་ངོ་མཆར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་དེ་བཞིན་གསེགས་  
པའི་ཡབ་དང་ཡུམ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོབས་སམ། རྩུ་འབྱུལ་ལམ། སྒྲོམ་པའི་  
སྟོབས་གང་ལགས་ཞུས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་བཀའ་སྤྱུལ་པ།  
དེ་ནི་ཡབ་ཡུམ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོབས་ཏེ། འདུ་བྱེད་མི་རྟག་པའི་སྐྱེ་ལོགས་  
འབྱུང་བའི་རྩུ་འབྱུལ་གྱི་སྟོབས་ཡིན་ལ། ཞལ་གྱི་དབུགས་ཀྱིས་ཕྱེ་མར་མཛད་  
ནས་སྤྱིར་བསྐྱུས་ཏེ་གནས་གཞན་ཏུ་བཞག་པ་འདི་ནི་སྒྲོམ་པའི་སྟོབས་སོ་  
ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བྱུང་ནམས་ཀྱིས་ཡབ་ཡུམ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོབས་རི་  
ལྟ་བུ་ལྡན་ལགས་ཞུས་པས། བཀའ་སྤྱུལ་པ། མི་བརྩུའི་སྟོབས་བ་ལང་པལ་  
བ་གཅིག་གི་སྟོབས་ཡིན་ལ། དེ་བརྩུའི་བ་ལང་སྟོན་པོ། དེ་ནས་རེ་རེ་བཞིན་  
བྱུ་མཚོག་དང་། བསེ་དང་། སྤྱང་པོ་པལ་པ། མི་བྱེད་པའི་སྤྱང་པོ། སྐྱ་ཆེན་  
པོར་བྱེད་པའི་སྤྱང་པོ། མཆེ་བ་གཅིགས་པའི་སྤྱང་པོ། རི་སྟོན་པོའི་སྤྱང་པོ།  
དེ་བཞིན་ཏུ་རི་སེར་པོ། དམར་པོ། དཀར་པོ། རྩི་མཚོག་ལྡན་པ་དང་། རྩི་

དང་འཇམ་པ་དང་ལྷན་པ། དི་ལྟུང་ལ་དང་ལྷན་པ། དི་ལྟ་ལྟ་དང་ལྷན་པ་  
 རྣམས་དང་། བསྐྱེད་བྱུང་པོ་ཆེ་དང་། བསྐྱེད་པོའི་དང་། གངས་ཁྲོད་ཏུ་  
 རྒྱུས་པའི་དང་། བལ་གྲུང་རྣམས་གོང་ནས་གོང་ཏུ་བཅུ་འགྲུལ་གྱིས་སྟོབས་  
 ཆེ་ལ། བལ་གྲུང་བཅུའི་སྟོབས་ཚན་པོ་ཆེའི་སྟོབས་ཕྱེད་ཡིན་ལ། ཕྱེད་གཉིས་  
 བསྟོམས་པའི་ཚན་པོ་ཆེ་གཅིག་གི་སྟོབས་བཅུའི་རབ་གནོན་གྱི་སྟོབས་ཕྱེད།  
 དེ་གཉིས་གྱི་རབ་གནོན་གཅིག་གི་སྟོབས། རབ་གནོན་བཅུའི་སྟོབས་སྟོབས་  
 མཆོག་གི་སྟོབས་གཅིག་སྟོབས་མཆོག་བཅུའི་སྟོབས་ཡན་ལག་མཆོག་གི་  
 སྟོབས། ཡན་ལག་མཆོག་གི་སྟོབས་བཅུ་ཐེད་མེད་གྱི་ཕྱའི་སྟོབས་ཕྱེད། དེ་  
 གཉིས་ཐེད་མེད་ཕྱའི་སྟོབས་གཅིག་ཐེད་མེད་ཕྱའི་སྟོབས་སྲུལ་བརྒྱ་ཉི་ཤུ་  
 དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཡབ་དང་ཡུམ་ལས་བྱུང་པའི་སྟོབས་སོ། །དེ་བཞིན་  
 གསེགས་པའི་སྐྱུའི་གནས་གྱི་གནས་རེ་རེ་ལའང་ཐེད་མེད་ཕྱའི་སྟོབས་འཆང་  
 བར་མཛད་པའི་ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་པ་དང་། གྱུ་ཆེར་རོལ་པ་ལས་སྐྱུ་ཅུ་ལ་བརྟན་  
 པའི་སྐྱབས་སྟུ། ལྷན་པོ་རི་རབ་དོ་རྗེའི་ཁོར་ཡུག་ཅན། རྩོགས་བཅུད་གན་  
 རི་གཞན་གང་ཡོད་པ། །ལག་པས་མཉེས་ཤིང་ཕྱི་མེད་ཕྱེར་རྫོག་ན། །མི་  
 ལུས་སྒྲིང་པོ་མེད་པ་མཆར་ཅི་ཆེ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཚད་མེད་པ་མངའ་རྟེ། མདོ་དེ་ལས། བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་རྩུ་བི་རན་དང་ལྷན་པར་གོད་སྐྱིན་འདམ་བྱ་དང་འབྲ་བར་རྩུབ་  
 པའི་དོང་ཀའི་ཤིང་བྱང་ན་བཞུགས་སོ། །དེའི་ཆེ་སྒྲོང་མོས་བསྟོད་སྟོམས་རྟེན་

དཀའ་བའི་ཕྱག་ལྟུང་བའི་ཆོ། མོ་འཕགས་ཀྱི་སྤྱོད་པོས་སངས་རྒྱས་ལ་གསོལ་  
བཤ། ས་ཆེན་པོའི་འོག་ན་རོའི་ཁམས་གྲུ་ལོམ་པ་གནས་པས་བདག་གིས་ས་  
ཆེན་པོ་འདི་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་ལྡན་གྱིས་ཆུ་ཤིང་འདབ་མ་བསྐྱར་བ་ཙམ་དུ་དཀའ་  
བ་མེད་པར་བསྐྱར་ཏེ། ས་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་པ་ལག་པ་གཡོན་  
བས་བཟུང་ནས། གཡས་པས་ས་ཆེན་པོ་ཁོར་ཡུག་དང་བཅས་པ་སྐྱད་ཅིག་  
ལ་སྐྱར་བར་འཆོལ་ཁྲུས་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཀའ་སྤྱུལ་བ། དེ་  
ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་བསྐྱར་ནའང་། སེམས་ཅན་པལ་ཆེར་ཁ་ཟས་ཀྱི་རོལ་ཆགས་  
ཤིང་མོངས་པར་འགྱུར་ལ། རོའི་ཁམས་གྲུ་ལོམ་པ་དེའང་རིང་དུ་མི་གནས་  
པར་ལུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མ་གནང་བ་ཡིན་ཞིང་། མོ་འཕགས་སྤྱེད་ལྟ་སྤྱེད་  
རྒྱ་འབྱུལ་ལྡན་པ་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་གང་  
པར་གྱུར་གྱང་། དེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱ་འབྱུལ་བརྒྱའི་ཆར་ཡང་མི་  
འགོ་བ་ནས། རྒྱར་ཡང་མི་འགོ་བའི་བར་དུ་གསུངས་པ་དང་། ཡང་སྒྲོམ་པའི་  
སྟོབས་ཀྱང་། མདོ་ལས། སྤྱིང་བཞིར་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་ཆར་ཐབ་པ་  
ལས། སྤྱིང་བཞིའི་ཆུ་ཆེན་པོའི་རྒྱན་རྒྱ་མཚོར་བབས་པ་ན། དེར་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པས་ཆུ་ཐིགས་པ་རེ་རེ་ནས་འདི་ནི་སྤྱིང་འདིའི་གྲོང་དང་ལྗོངས་ལ་  
སོགས་པ་དང་། ལྗོན་པ་དང་ཡལ་འདབ་མེ་འབྲས་སོགས་ཆེ་གོ་མོ་ནས་བབས་  
སོ་ཞེས་ཆུའི་ཐིགས་པ་དུལ་སྤོམ་ཙམ་ནས་རྣམ་པར་སྤྱེ་ཞིང་སྐྱད་ཅིག་ལག་ཐིགས་  
པ་འཇུག་ལུས་པར་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་ཏེ་མདོ་རྣམས་ལས་ཤེས་

པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གྱི་  
 ལྷ་མི་རྣམས་ཆེས་ཉུང་གི་ བྱི་རོལ་བྱང་སྟོང་མཛོན་ཤེས་ལྷ་ལྟན་འདོད་པ་ལས་  
 ཆགས་བྲལ་ཞིག་གིས་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོའི་ཆད་ཙམ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ན་  
 འདུག་པའི་སེམས་ཅན་མཐོང་བ་ཆེས་མང་བ་དང་། ཆགས་བྲལ་དེས་སྟོང་  
 ཆེན་གྱི་ཁམས་ན་མཐོང་ངོ་ཅོག་གི་སེམས་ཅན་ཆེས་ཉུང་གི་ ཉན་ཐོས་དག་  
 བཅོམ་པའི་ལྷ་འི་མིག་གིས་ས་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོའི་ཆད་ཙམ་གྱི་ཕྱོགས་ན་  
 འདུག་པར་མཐོང་བའི་སེམས་ཅན་ཆེས་མང་། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་དེས་  
 སྟོང་ཆེན་གྱི་ཁམས་ན་སེམས་ཅན་མཐོང་བ་ཆེས་ཉུང་ལ། རང་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་ལྷ་འི་མིག་གིས་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོའི་ཆད་ཙམ་གྱི་ཁྱོན་ན་མཐོང་བའི་སེམས་  
 ཅན་ཆེས་མང་། རང་རྒྱལ་གྱིས་སྟོང་ཆེན་ན་མཐོང་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ལྷ་འི་མིག་གིས་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོའི་ཁྱོན་  
 ཙམ་ན་མཐོང་བ་མང་ལ། དེའི་རྒྱལ་གྱིས་བྱང་སེམས་གྱིས་སྟོང་གསུམ་གྱི་  
 ཁྱོན་ན་སེམས་ཅན་ཇི་ཙམ་མཐོང་བ་དེ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྷ་འི་  
 རྒྱན་གྱིས་འཕང་ལོའི་ཆད་ཙམ་གྱི་ཁྱོན་ན་གནས་པར་གཟིགས་པའི་སེམས་  
 ཅན་ཆེས་མང་ཞིང་གངས་མེད་ཅིང་། དེའི་རྒྱལ་གྱིས་ཕྱོགས་བརྩའི་འཛིག་རྟེན་  
 རབ་འབྱམས་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་ངོ་ཅོག་གི་སེམས་སེམས་བྱུང་  
 བྱུང་བ་དང་འབྱུང་འབྱུང་རྣམས་ནི་རྣམ་ཐར་བསམ་མི་བྱུང་ལ་གནས་པའི་  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་བསྐལ་བ་གསྐྱའི་བྱེ་སྟེད་དུ་བགང་།

བའམ་བསམ་བར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ཡང་། དེ་འདྲ་བར་དུས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་ཐམས་ཅད་མ་འདྲེས་པར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་  
ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྒྲ་ཅིག་ལ་མཁྱེན་པར་གསུངས་  
པ་དང་། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་རྒྱ་སྟོང་རྗེ་ལས་བྱུང་བ། སྟོང་  
རྗེ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ན་དེའི་བྱམས་པའི་སྟོབས་ནི་སེམས་ཅན་  
གྱི་གངས་དང་ཁམས་བཞིན་དུ་ཆད་མེད་དེ། འདི་ལྟར་སྟོབ་པ་ལམ་གྱི་སྒྲ་བས་  
སྤང་རྗོགས་སྟོན་སྤངས་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནའི་  
དབང་གིས་ཡིན་ལ། དེ་དག་མཐར་ཕྱིན་ནས་སྟོང་དང་སྟོང་རྗེ་དབྱེར་མེད་པ་  
མི་སྟོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་མཛོན་དུ་མཛད་པ་ན་དེའི་བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོབས་ནི་  
ཆད་ནམ་ཡང་དཔག་པར་ག་ལ་ནུས་ཏེ། རྟོགས་རི་ཅམ་པ་དང་དུས་རི་ཅམ་  
པའི་མཐར་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྒྲ་དུའང་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དགོ་  
སྟོང་གོ་བྱ་ཏ་མ་དེ་ནི་བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་སྟེ། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་ཁོང་ཁོ་བ་མ་མཆིས་པའི་ཐུགས་དང་ལྡན་པའོ། །

དེའི་བྱམས་པ་དེ་ཡང་མ་ཆགས་ལ་སྦྱིབ་པ་མ་མཆིས་གིང་། ཏྲག་ཏུ་འབྱུང་བ་  
སྟེ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ། རྒྱས་པར་འགོངས་པ། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
ཅད་དུ་བྱུང་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་བསམ་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཞེས་  
དང་། དུས་རྒྱུས་ཀུན་དང་ཁིང་ཀུན་དང་། འཛིག་རྟེན་བྱམས་པས་བྱུང་  
པར་མཛད། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་ཡང་། །བྱུང་མཛད་ཀུན་མཁྱེན་བྱམས་

དང་ལྟན། ལྷ་མེད་ཐུབ་པའི་བྱམས་པ་ཡིས། མ་ཁྲབ་སྟོགས་འགའ་མ་མཆིས་  
 ཏེ། །ཁམས་དང་བསམ་པ་ནམས་ཀྱང་ཁྲབ། དེ་བས་ཀུན་མཁྱེན་སྟོན་མ་  
 མཆིས། དཔེར་ན་ནོར་བུ་རྩུ་བྱངས་པ། ཤིན་ཏུ་ནམ་དག་ཁྲབ་འདང་བ་གྱིད། །  
 དེ་བཞིན་དྲང་སྟོང་ཐུགས་དག་པ། སྟེ་པོའི་རྟོག་པ་དྲངས་བར་མཛད། །  
 ཅས་དང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས། འདི་ནི་ཤིང་དབང་མཆོག་དྲུང་སྤང་བའི་  
 ཀྱུད། དཔུང་བཅས་བདུད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་སྟེར་བཅས་པ། ཉག་པོའི་  
 རྩ་ལག་བྱམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛོམས། ལྷ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཞི་བར་འཁོང་  
 ཡང་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་  
 པ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེའི་རྒྱུའི་བ་རྒྱུའི་རྩལ་  
 སྤྲ་བར་གྱི་ཁྱོན་ཅམ་ལ། སྟོགས་བཅུ་དང་དུས་གསུམ་གྱིས་བསྟུས་པའི་སྟོང་  
 དང་ཞི་བའི་ཆོས་སོ་ཅིག་མ་ལུས་པ་སོ་སོ་ནས་མ་འདྲེས་སྒྲིབ་མེད་དུ་སྟོན་པར་  
 ལུས་པ་དང་། བམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སྟོང་བཅུད་མ་ལུས་པ་རྩལ་  
 སྤྲན་གཅིག་གི་ཁྱོན་དུ་བཅུད་ཀྱང་། རྩལ་རགས་པར་མི་འགྱུར། འདི་ག་རྟེན་  
 སྤྲ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། དུས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱ་རབ་  
 འབྲམས་ཀྱི་གངས་སྟེད་ཀྱི་མཛད་པའི་རོལ་མོ་སྟོན་པར་ལུས་པ་འདང་མདོ་ལས་  
 མཚན་བྱེད་དུ་གསུངས་པ། རྗེར་དཔག་ཚད་བརྒྱད་སྟོང་པ་རྩུས་གང་བ་བསྟུས་  
 ཞབས་པ་ཞིག་ལ་མི་ལ་ལ་ཞིག་གིས་རྒྱུད་གི་ཐུགས་ལས་འདས་པའི་རྟ་མཆོག་

དང་ལྷན་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཤིང་རྟ་ཞོན་ཏེ། དེའང་རྟ་རྒྱལ་གྱི་མིག་པ་དང་ཤིང་  
རྟའི་མུ་བྱུང་རྒྱ་ལ་མི་རེག་ བསྐྱའི་ལོ་མ་རྒྱལ་གྱང་རྟའི་མིག་པས་མི་བརྟོལ་  
བ་ཙམ་གྱི་སྟོབས་ལྷགས་མགྲོགས་པ་དེ་ལྟ་བུས་རྒྱག་ལ། རྗེར་དེའི་ནང་ནས་  
སྐྱལ་གདུག་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཤིང་རྟ་བྱིར་མ་ལོག་པ་དེའི་སྐབས་སུ་ཤིང་རྟ་  
ལ་ལན་བརྒྱད་བསྐྱོར་ན། དེས་ལན་གཅིག་བསྐྱོར་བའི་ཡུན་ལ་ཀུན་དགའ་  
བོས་ཆོས་བསྟན་པ་བརྒྱད་སྟོན་ཞིང་དོན་གོ་བར་བྱེད། ཀུན་དགའ་བོས་ཆོག་  
གཅིག་ཙམ་སྐྱབ་པའི་ཡུན་དེའི་བར་སྐབས་སུ་མོ་ལྷུ་འགའ་གྱི་བསམ་ཆོས་བསྟན་  
བ་རྒྱལ་པ་བརྒྱད་སྟོན་ཞིང་དོན་གོ་བར་བྱེད། མོ་ལྷུ་འགའ་གྱི་བསམ་ཆོག་གཅིག་  
སྐྱབ་པའི་ཡུན་ལ་ཤུ་རེའི་བསམ་ཆོས་བརྒྱད་སྟོན་ཞིང་དོན་གོ་བར་བྱེད། ཤུ་རེའི་  
བསམ་ཆོག་གཅིག་སྐྱབ་པའི་ཡུན་ལ། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་བ་རྒྱལ་  
པ་གྲངས་མེད་པ་སྟོན། རང་སངས་རྒྱས་ཆོག་གཅིག་སྐྱབ་པའི་ཡུན་ཙམ་ལ། བྱང་  
སེམས་ཀྱིས་ཆོས་གྲངས་མེད་བསམ་མི་བྱུང་བརྗོད་དུ་མེད་པ་སྟོན། བྱང་སེམས་  
ཀྱིས་ཆོག་གཅིག་སྐྱབ་པའི་ཡུན་ལ་མོ་ལྷུ་འགའ་གྱི་བསམ་རྒྱུ་འབྱུང་གིས་འཛིན་རྟེན་  
གྱི་ཁམས་བརྒྱད་ཁྱི་འདའོ། །མོ་ལྷུ་འགའ་གྱི་བསམ་རྒྱུ་འབྱུང་རེ་རེ་འདའ་བའི་  
ཡུན་ལ། དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པས་སྤྱགས་བསྐྱེད་པ་ནས་བརྒྱལ་ས་ཏེ་བྱང་ན་  
ལས་འདས་པའི་བར་གྱི་མཛད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མཁྱེད་པའི་ཞིང་ཀུན་  
རྟ་སྟོན་ལུས་པ་དང་། གཞན་ཡང་མོ་ལྷུ་འགའ་གྱི་བསམ་རྒྱུ་འབྱུང་དེ་ལྟ་བུས་སྤྱགས་  
བརྒྱ་སོ་སོར་རེ་རེ་ཞིང་ཉིན་མཚན་བདུན་གྱི་བར་དུ་ངལ་མི་གསོ་བར་སོང་།



ནས་འཛིག་རྟེན་རི་ཙམ་བསྟོད་པ་དེ་དག་ར་བ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱོར་ནས་ས་གཞི་  
 མཉམ་པར་བྱས་ཏེ་ཡུངས་འབྲས་ལྷུང་ལྷུང་བཀའ་བ་དེ་བས་ཀྱང་མང་བའི་  
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དག་ན། སེམས་ཅན་བྱང་ཆུབ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། སྤྱད་  
 པ་སྟོད་པ་ནས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་སོ་སོར་སྟོན་པ་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་སྤྱན་གྱིས་མཐོང་སྟེ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཚན་དང་གཏུང་མཐུན་  
 པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ན། མཚན་དང་གཏུང་མི་མཐུན་པའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་  
 དེ་བས་ཀྱང་མང་བ་དག་གཞིགས་པ་ནི་ལྷ་ཅི་སྟོས་ཏེ། དེ་ལྷ་ལྷུང་འཛིག་རྟེན་  
 གྱི་ཁམས་གང་དག་ན་སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་དང་། བྱང་སེམས་གྱིས་སྤྱད་པ་  
 སྟོད་པའི་ཞིང་ནི་རྒྱ་མཚོའི་བྱེ་མ་དང་། གཏུང་གི་བྱེ་མའི་ནང་ན་གསེར་  
 གྱི་བྱེ་མ་དགོན་པ་བཞིན་དུ་ཆེས་ཉུང་བ་ཡིན་ལ། དའི་ཆུལ་གྱིས་ཚད་མེད་  
 པའི་ཞིང་མཁའ་ཁྱབ་མ་འདྲེས་པར་གཞིགས་པ་དེ་དག་ཏུ། རྩ་འབྲུལ་རྣམ་  
 པར་རོལ་པ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྒྱུ་དང་གསུང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པར་  
 འཆར་ཞིང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཆུལ་གྱིས་པན་བདའི་མཛད་པ་རྟག་ཁྱབ་  
 ཏུ་འཇུག་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ནི། འདི་ལྟར་ཚུགས་དུས་  
 གྱི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་བདེན་སྟོང་དུ་གནས་པ་དེ་དེ་བཞིན་མངོན་  
 དུ་མཛད་དེ། རྣམ་མཁའ་དང་ལག་མཐིལ་མཉམ། སྤྱད་ཅིག་དང་བསྐྱལ་པ་  
 མཉམ་ནས་ཚིག་དབྱིངས་སྟོ་བྱུང་གྱི་དྲི་མས་དག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ནི་སྤྱི་ཞིག་གཉིས་སྒྱུ་མེད་པ་མི་བྱེད་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེན་སྒྱ། རུལ་དང་

སྐད་ཅིག་མའི་ཆོས་ལས་འདས་པ། དོན་དམ་པར་བརྟེན་དུ་མེད་ཀྱང་། ཐ་  
སྐད་པའི་ཆོད་མས་གཞལ་ན་སྐྱོན་ཀུན་ཟད། ཡོན་ཏན་ཀུན་རྩོགས། མཁུན་  
བརྩེ་རྣམས་གསུམ་པ་མཐའ་མེད་པ། ཏྲག་བརྟན་ཞི་བ་གསལ་དུང་གི་རང་བཞིན་  
དུ་གྲུབ་པ་དེ་ལས་མ་གཡོས་བཞིན་དུ། གསང་གསུམ་གྱི་སྣང་བ་མི་ཟད་པ་  
ནི་ཤེས་བྱའི་གངས་སྟེང་དུ་འཕྲོ་བས་སྒྲོས་ཇི་ཅམ་སྤྱེ་ཡང་མཐའ་མི་མངོན་པ་  
ནམ་མཁའ་འདོམ་ལ་གཞལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཆོད་མེད་པར་ཤེས་དགོས་  
ཤིང་། དེའང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱུ་འབྲུལ་ཆོད་མེད་པ་ཡང་སངས་  
རྒྱས་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་ཐ་དད་པའི་ཆོས་དང་། སངས་རྒྱས་  
གཅིག་ཉིད་ཕྱོགས་དུས་ཀུན་ལ་བྱུང་བར་གང་འདུལ་གྱི་རོལ་བ་སོ་སོར་སྣང་  
བའི་གཅིག་བདེན་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་སོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུ་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ་སྣང་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་འབའ་  
ཞིག་ཡིན་པས། སྐྱའི་བ་སྐྱའི་ཁུང་བུ་གཅིག་དང་། འོད་ཟེར་གཅིག་གི་ཡོན་  
ཏན་ཡང་ནམ་མཁའི་ཁམས་བྱུང་བས་ན་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་མའི་མུ་མཐར་  
ཐུག་གི་བར་དུ་བརྟེན་ཀྱང་ཟད་པ་མེད་པ་ལ་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་བསྟེན་  
པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤུགས་འཁར་གིས་དེ་བཞིན་  
ག་ཤེགས་པའི་སྐྱའི་ཆོད་བརྟགས་པ་དང་། མོའུ་འགལ་གྱི་བུས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་གི་མཐའ་བརྟགས་པ་ལ་སོགས་པས་མཚོན་ཏེ་ཤེས་པར་བྱོལ། །

གཉིས་པ་སྒྱིར་བསྟན་པ་ལ། སྒྱེ་རྒྱུ་འོ་སྟོན་པར་གྱུར་པ་དང་། ལྷུ་འི་ལྷ་བྱས་  
སྟོན་པར་མཛད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས།  
དང་པོ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཞེས། བྱུགས་དུས་རིས་སྒྱུ་མ་ཆད་  
པའི་འགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་བདེའི་ལམ་བཟང་སྣང་བར་མཛད་  
པ་སྟེ། མདོ་ལས། གཏི་མུག་མུན་པ་མུན་ནག་གིས་རྟག་ཏུ། །སེམས་ནི་  
བསྒྲིབས་པར་གྱུར་པའི་སྒྱེ་རྒྱུ་དང་། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་རྒྱད་པ་རྣམས་  
གཟིགས་ན། །དང་སྟོང་དམ་པ་དེ་ནི་བྱུགས་རྗེ་སྒྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་  
བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་རྟག་ཏུ་ལམ་སྟོན་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡབ་ཅེས་སོགས་  
ཆོག་གསུམ་སྟེ། སྤྱན་མེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་བ་དོན་དུ་གཉེར་པ་ལ་སྒྲིང་སྟོབས་  
བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི། རྒྱལ་བའི་གདུང་འཛིན་  
པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཛོད་ལ་དབང་བ་དང་། གདུལ་བྱའི་ལྷག་མ་  
སྟོང་བ། བསམ་མི་བྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབས་ལ་དབང་བསྐྱུར་དུ་བྱུང་  
བས། འཁོར་སྐྱུར་གྱི་སྤྲས་མཚན་དང་ལྷན་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་ན་དེ་དག་གི་  
མཚན་དུ་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡབ་ཏུ་གྱུར་པ་སྟེ། དང་པོ་  
རིགས་ཀྱིས་ཐོན་བསྐྱུན་པ་དང་། བར་དུ་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྱེད་བསྒྲིང་བ་དང་།  
ཐ་མར་བརྩུ་བའི་ས་ལ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་དབང་སྐྱུར་བར་བྱེད་པ་པོ་སངས་  
རྒྱས་ནི་ཡབ་ཅེས་བྱའོ། །འཕགས་པའི་གང་ཟག་དག་བཙོན་པ་ལ་སོགས་

པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ། གནས་བརྟན་ཤུ་རིའི་སྤྲོད་མོའུ་འགལ་གྱི་སྤ་  
ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་འདྲ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཅས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྤྱི་  
ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལ་གནས་  
པ་ཁོན་ས་རང་ལམ་གྱི་འབྲས་སྤྱོད་དགོས་པས་ན། འཕགས་པའི་གང་ཟག་  
རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་སོ། །ཡང་སྐྱུ་དངོས་དང་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་རི་  
རིགས་པས་འགོ་བ་རྣམས་ལམ་གྱི་རྟེན་དང་། ལམ་དང་། ལམ་མཐར་ཕྱིན་  
པ་ལ་འགོད་ཅིང་། མཐར་ཐུག་གི་བྱང་ཆུབ་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་གོང་ཁྱེར་  
ཉམས་དགའ་བར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཅིང་། འཁོར་བའི་སྐྱུ་བ་སྤྱལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་  
ལས་སྒྲོལ་བར་བྱེད་པ་ལ་དོན་མཐུན་རྣམས་སྒྲོལ་བའི་དེད་དཔོན་ལྟ་བུ་ཡིན་  
པས་ན། ལྷ་པོ་ལས་འདས་པའི་གོང་ཁྱེར་དུ་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་  
ཞེས་གོང་ཁྱེར་དུ་འགོ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆུལ་རི་ལྟ་བུ་སྟེ། ཐུགས་ཀྱི་མཛད་པ་དང་། གསུང་གི་དང་།  
སྐྱའི་མཛད་པ་གསུམ། དང་པོ། ཆོག་གཉིས་ལས། ཡེ་ཤེས་དབུ་ཁྱེད་པ་  
ཞེས། གདུལ་བྱའི་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྟོབས་བརྩུབ་བཞག་པ་  
དང་། ཆོས་སྟོན་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡང་དག་རིག་པ་བཞིར་བཞག་པ་དང་། ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་དོ་བོ་ལྟ་བུ་ཆས་སྟེ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་དང་། དུས་གསུམ་ལ་ཆགས་ཐོགས་  
མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་དང་། བསྐྱུ་ན་རི་ལྟ་བུ་རྟེན་མཁུན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་དང་། དེའང་བསྐྱུ་ན་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ཐམས་

ཅད་མཁུན་པ་ཉག་གཅིག་ཏུ་འདུ་ལ། ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་དང་དུས་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་པའི་ཤེས་བྱ་དེ་སྟེད་པའི་གྲངས་བཞིན་ཏུ་ཚད་མེད་པ་སྟེ། དཔེ་དང་  
གྲངས་དང་གཏན་ཚིགས་ལ་སོགས་པས་ནམ་ཡང་མ་མཐའ་གཞལ་མི་རུས་  
པས་སྒྲོས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡིན་པས་ན། ཡེ་ཤེས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཞེས་སོ། །  
དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བརྟེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཚིག་གཅིག་  
གམ་དངོས་པོ་གཅིག་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་བསྐྱེད་པ་དཔག་མེད་ཏུ་བརྟེན་ཀྱང་  
སྒྲོབས་པ་གཏུགས་པ་མེད་པས་ན། སྒྲོབས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། མདོ་ལས། འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་ངེས་པའི་ཚིག་ །མང་  
པོ་དག་གིས་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞུས་ན། །སེམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཅིག་གཅིག་ལ་ཐུགས་  
ཚུད་ནས། །གསུང་དབྱངས་གཅིག་གིས་སོ་སོར་ལན་ཡང་འདེབས། །ཞེས་  
མི་འཛིགས་པ་བཞིས་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་སང་གའི་རྒྱ་རྒྱུག་པ་ལ་དེ་སྒྲིབ་ཅིས་  
བྱའོ། །འདི་གསུང་གི་ཐོན་ལས་ལ་བཤད་པ་སྤྱང་ཡང་གསུང་གི་རྒྱ་ཐུགས་  
ཀྱི་ཐོན་ལས་ཡིན་འོ། །

གཉིས་པ་གསུང་ལ་འང་ཚིག་གཉིས་ལས། གསུང་རྣམ་པར་དག་པ་ནི། སྦྱོན་  
དང་བྲལ་པའི་ཆུན་ཏེ། ཚིག་གི་ཆ་དང་དོན་གྱི་ཆ་གང་ནས་ཀྱང་ལེ་ལོ་སོགས་  
བརྒྱད་ཀྱིས་མཚོན་པའི་སྦྱོན་གྱི་ཚིགས་རྩལ་སྤྱོད་པ་ཅུང་ཡང་མེད་པ། གསུང་  
དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་དང་རབ་རིབ་ཆགས་པ་ཉེ་བར་སེལ་བ་སྤྱོད་ལ་སྒྲོལ་པ་ལྟ་བུར་  
ཀུན་ཏུ་དགའ་བ་འཕེལ་བ་ཁོ་ནའོ། །དབྱངས་སྟན་པ་ཞེས་པ། གསུང་མཁུན་

ཞིང་འཇམ་པ་ལ་སོགས་པ་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོ་དང་ལྷན་པས་གདུལ་  
བྱའི་རྒྱད་ལ་གནས་སྐབས་དགའ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་པན་བདེའི་འབྲས་ལུ་  
སྦྱེལ་བ་སྟེ། རྒྱད་བྲམ་ལས། མདོར་ན་མ་ལུས་འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་ཡང་། །  
ལྟ་དང་ས་གནས་བདེ་བའི་རྒྱ་གང་ཡིན། །དེ་ནི་མ་ལུས་འཛིག་རྟེན་བྱ་སྒྲུང་  
བ། །དབྱངས་ཉིད་ལ་ནི་རབ་ཏུ་བརྟེན་པར་བརྟེན། །ཅིས་པ་ལ་སོགས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྒྱའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱང་ཚིག་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། རྒྱ་བྱད་ལྟ་བུས་ཚིག་  
མི་ཤེས་པ་ནི། རྒྱའི་ཡན་ལག་ཕྱོ་རེ་རེའི་མཛེས་སྟུག་ལའང་ངེ་ཙམ་བལྟས་  
ན་མིག་སྟན་པ་མེད་པར་མ་མཐོང་བའི་དངོས་པོ་ཀྱུ་ལྟོས་པ་གསར་དུ་མཐོང་  
བ་བཞིན་ཡིད་འོང་གི་དགའ་སྟོན་ཏུ་གྱུ་མི་ཉམས་པ་ནི། རྒྱའི་བྱད་དམ་བཞིན་  
ལྟ་བུས་ངོམས་པའམ་ཚིག་མི་ཤེས་པ་ཞེས་སོ། །རྒྱ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ནི།  
བ་རྒྱའི་བྲུ་ག་གཅིག་དང་འོད་ཟེར་ཕྱོ་གཅིག་གི་མཛེས་སྟུག་གིས་གྲིད་པའི་  
འཕྱོར་བ་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཏོན་ལུས་པས། དེ་དང་མཚུངས་པ་གཞན་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་དང་། གང་འདུལ་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། ཐུགས་དང་དུས་ཀྱི་  
ཚད་གཟུང་བར་མི་ལུས་པའོ། །གང་གིས་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་རྒྱ་མཐོང་  
བན། ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱེད་དུ་གཏོ་རྒྱུམས་ཀྱང་མི་ལམ་སད་པའི་མཐའ་  
བཞིན་འགོག་ལུས་པའི་ཚུལ་རྒྱུམས་ཞིབ་པར་མདོའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིས་བརྒྱན་  
ཏེ་འཆད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རང་དོན་སྤངས་ཏྲོགས་སྤྱོད་ཚོགས་ལ། སྤངས་བ་དང་། ཏྲོགས་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། སྤྱིད་པའི་གནས་སྤྱོད་བཞུགས་ཀྱང་སྤྱིད་པའི་སྤྱོད་གྱིས་མ་  
གོས་པར་སྤྱོད་བ་དང་། རང་གི་དོ་བོ་སྤྱིད་པ་ལས་འདས་པར་སྤྱོད་པ་གཉིས།  
དང་པོ་ལ་ཚོག་ག་སྤྱོད་སྟེ། འདོད་པའི་ཁམས་ན་བཞུགས་གིང་མངལ་ནས་  
བསྐྱམས་པ་སོགས་འཛིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་གི་རོལ་བ་མཛད་ཀྱང་། འདོད་  
པའི་ཚོས་འདོད་ལ་འདུན་པ་སོགས་གྱིས་རྩུང་བྱེད་ཀྱང་མ་གོས་པ་འདམ་ལས་  
སྤྱོས་པའི་བསྐྱེད་གཞིན་རྩུང་བཞིན་རྩུང་བཞུགས་པ་ལ། འདོད་པ་དག་གིས་མ་གོས་  
པ་ཞེས་སོ། །དེ་བཞིན་རྩུང་བསམ་གཏན་མཐའ་དག་མདོན་སྤྱོད་རྩུང་བ་མཛད་ཀྱང་།  
དེའི་རོ་མུང་བ་སོགས་གྱིས་ཉེ་བར་རམ་ལྷག་པར་མ་གོས་པ་སྤྱོད་དེ་ཉིད་གྱི་  
ཕྱིར་ན། གཞུགས་དག་གིས་ཉེ་བར་མ་གོས་པ་ཞེས་སོ། །གཞུགས་མེད་གྱི་ཏིང་  
འཛིན་ཐོབ་པ་ལ་རོ་མུང་མེད་ཅིང་། དེ་ན་ཚོས་སྤྱོད་པ་སོགས་མེད་པས་དེར་  
བཞུགས་པའང་མེད་ཕྱིར། གཞུགས་མེད་པ་དག་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་འབྲས་བུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་འདས་བ་དང་། རྒྱ་ཀླན་འབྱུང་ལས་འདས་  
པ་གཉིས་དང་པོ་ནི། སྤྱིད་པའི་ས་བོན་རྩུང་ནས་སྤྱིད་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་ལ་མཐའ་  
དག་སྤངས་པས་ན། སྤྱོད་བསྐྱེད་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་མདོར་  
བསྟན་ནས། རྒྱས་བཤད་ལ། སྤྱོད་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞི་ཕྱང་ཁམས་སྤྱོད་མཛད་ལས་  
གྲོལ་བའི་ཚུལ་ནི། ཕྱང་པོ་དག་ལས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་ཉེ་བར་  
ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་སྤྱོད་ཞིང་འཛིག་པའི་ཚོས་ཅན་ལས་རབ་ཏུ་གྲོལ་བ་ཡིན་

པས་ན་དེ་སྐད་དུ་འོ། །ཁམས་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་རིགས་ཀྱི་ས་བོན་འཛིན་  
པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟེ་འཛིག་གི་སྟོན་པ་དང་བྲལ་པས་  
ན་ཁམས་རྣམས་དང་མི་ལྡན་པའོ། །སྟེ་མཆེད་རྣམས་བསྐྱམས་པ་ཞེས། ཕྱི་  
སྟེ་མཆེད་དུག་དམིགས་སྟེན་དང་། ཅད་གི་དུག་བདག་སྟེན་བྱས་ནས་ཤེས་  
པ་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་ཞིང་མཆེད་པ་ལ་སྟེ་མཆེད་ཅིས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་སྟོན་པ་ཉི་བར་ཞི་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་ན། སྟེ་མཆེད་རྣམས་འཕྲོ་ཞིང་གཡོ་  
བ་མེད་པས་ན་བསྐྱམས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟེ་མཆེད་མ་བསྐྱམས་པའི་འགོ་བ་  
རྣམས་ནི་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་ན་མཛེས་པ་ལ་བདེ་བའི་རྣམ་པས་ཆལ་ས།  
མི་མཛེས་པ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྣམ་པས་སྤང་། བར་མ་ལ་བདྲངསྟོམས་ཀྱི་  
ཚོར་བས་སྒོངས་པ་སྟེ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །མདོར་ན་སྤང་བོ་དང་ཁམས་དང་  
སྟེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤང་ཡང་། སྤང་ཁམས་སྟེ་མཆེད་ལས་འདས་པའི་ཡོ་  
ཤེས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པས་སྤང་སོགས་ཐ་མལ་པའི་རང་བཞིན་  
ལྟ་བུ་ནི་ནམ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་སྤང་བ་ལ་ཚིག་བཞེསྟེ། དེའང་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པའི་  
མིང་དུ་མདུན་པ། ཡོངས་གདུང་། ལུ་བོ། སྤྱིར་བ། ཐ་བ་སོགས་རྣམ་པ་དུ་  
མར་གསུངས་པ་ལས། འདིར་དང་བོ་གཉིས་བྱེད་ལས་དང་། ཐ་མ་གཉིས་  
ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་བསྟན་ཏེ། སྤྱིར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ལ་མདུན་པ་ཞེས་པའི་  
སྤྱི་འཇུག་གྲང་། འདིར་འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་སྟེད་པ་ཉིད་སོགས་



སྤྱི་བ་དེ་ལ་མདུད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཁམས་གསུམ་ལའོར་བར་འཛིང་བའི་  
བྱེད་ལས་ཅན་མདུད་པ་དམ་པོ་དང་འདྲ་བ་དེ་བདག་མེད་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་  
རལ་གྱིས་བཅད་པ་དེས་ན་སྟེད་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡིན་ལ། ཡོངས་  
སྤྱི་གདུང་བ་སྟེ་སྤྱི་གཞུག་ལ་བར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟ་བུ་དང་མ་རིག་པ་  
སོགས་དབང་མེད་ཏུ་འབྱེད་པའི་ཤུགས་ཅན་ཆུ་པོ་ལྟ་བུ་འདྲ་སྤངས་པས་ན་  
ཡོངས་སྤྱི་གདུང་བ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ། ཆུ་པོ་ལས་བཟུལ་བ་ཞེས་སོ། །  
དེ་ལྟར་ན་སྟེད་པས་མདུད་པ་བཞིན་ཏུ་བསྐྱམས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་  
ཆུ་པོས་ཁྱེར་ནས་ཡོངས་སྤྱི་གདུང་བ་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་སྤྱགས་བཞི་པོ་ལས་གྲོལ་  
ལ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྟོགས་པ་ལ། རོ་པོ། ཡོན་ཏན། བྱེད་ལས་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། ཟབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་སྡེ་ཆོན་ཉེར་  
གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ་གཅིག་ཀྱང་  
མ་ཆང་བ་མེད་པ་ལ། ཡེ་ཤེས་ཡོངས་སྤྱི་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ།  
དུས་གསུམ་དུ་གཤེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དང་དགོངས་པ་མི་གཉིས་  
ཤིང་སོ་སོ་མ་ཡིན་ཐ་མི་དད་པའི་དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མེད་པ་མཉམ་  
པ་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པ་ནི། འདས་པ་དང་། མ་བྱོན་པ་དང་།  
ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟོས་འདས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་  
པ་ཞེས་སོ། །ཡེ་ཤེས་དེའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྟོང་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཏུ་རྟོགས་ཤིང་

སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པས་ཞི་བ་ཕྱོགས་གཅིག་  
 པའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པས་ན་མི་གནས་པའི་མུང་འདས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེས་  
 ན་མུང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་མི་གནས་པ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་ཞི་བའི་དབྱིངས་  
 ཕྱོགས་གཅིག་པ་ལ་མི་གནས་པར་ཕྱོགས་དུས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་འཛིག་རྟེན་  
 གྱི་ཁམས་ཀྱུན་ན་རྟག་ཏུ་གནས་ཤིང་ཕན་བདེའི་རྒྱར་ལྟར་ནའང་། རང་གི་  
 རོ་བོ་དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སམ་ཡང་དག་པའི་མཐའ་  
 ལས་གཡོ་བ་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་ན། ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་གནས་པ་  
 ཞེས་སོ། །བྱེད་ལས་ནི། དེ་ལྟར་སྤྱིད་ཞིའི་མཐར་མི་གནས་པའི་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་དེས་པ་དོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེའམ་རྩོམ་འཛིན་སྐྱེ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ལ་ལྟོག་ཆས་སྟེ་བའི་སྐྱེ་གཉིས་  
 སམ་གསུམ་དང་བཞི་ལ་སོགས་པས་དབྱེ་བས། འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱུན་ཏུ་ཕན་བདེའི་ཟུང་པའི་རྒྱར་གཞིམ་གཞིག་  
 དང་བྲལ་བར་བཞུགས་པ་ནི་རྟག་པ་དང་བྱབ་པ་དང་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་ཚུལ་ཏེ། འགྲོ་བ་པལ་པ་རྣམས་ནས་རྒྱུན་མཐའ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བར་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཟིགས་པའི་ས་  
 ལ་བཞུགས་པ་སྟེ་ཞེས་སོ། །ཚིག་ལྟ་པོ་འདི་དག་གིས་ཆོས་དབྱིངས་མེ་ལོང་  
 མཉམ་ཉིད་སོར་རྟོག་བྱ་བྱུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལྟའང་མཚོན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ། རི་རྒྱུད་བཤད་པ་འདི་དག་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟན་

འདས་ནམས་ཀྱི་སྐྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྐྱ་དང་ལུས་ཞེས་པ་འད-  
 ཚོགས་པ་སོགས་ལ་འཇུག་པས། འདི་སྐྱ་བས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་འཇུག་གི་  
 གསང་གསུམ་གྱི་རྒྱས་བྱེ་བའི་སྐྱ་ཁོ་ན་ལ་མི་གཟུང་ངོ་། །ཡང་དག་པ་ནི་སྐྱ་  
 སྐྱར་དང་བལ་བའི་ཡོན་ལུགས་དེ་ལྟ་བུ་དག་གོ་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སངས་  
 རྒྱས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱ་ཅན་དེ་ནི་ཀླུ་རྩོལ་ཐ་སྟོད་པའི་  
 ཚད་མས་གཞལ་ན་ཕྱོགས་དུས་ཐམས་ཅད་ན་རྟག་བརྟན་གཞིམ་གཞིག་དང་  
 བལ་བའི་དོ་རྩེའི་རང་བཞིན། ལྷན་གྲུབ་པ་ན་དང་བདེ་བ་མི་ཟད་པའི་གཏོར་  
 ཡོན་ལ། དོན་དམ་པའི་ཚད་མས་གཞལ་ན་རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་པའི་  
 སྐྱོས་པ་ཀླུ་ན་ལས་འདས་པ་ཉིད་དེ། ཡང་དག་པར་ན་སྐྱོས་པ་ལས་འདས་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསང་བ་རྟག་བྱབ་ལྷན་གྲུབ་  
 བསམ་མི་བྱབ་པ་འདི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་  
 དུན་དེ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་པ་ལ་  
 དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པའི་ལམ་ནས་ཡིད་ཆེས་པར་འདོད་པས། དཔལ་  
 ལྷན་ལྷ་གྲུ་རྩུ་ནའི་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་རྩ་བ་ནས་རི་སྐད་བཤད་པ་ལྟར།  
 ཤེས་བྱ་འདི་ཀླུ་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་ན། དུས་ཚད་མེད་དང་ཕྱོགས་ཚད་  
 མེད་ཀྱང་རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྩལ་དང་སྐད་ཅིག་མའི་ཁྱོན་དུ་མི་  
 ཤོང་བ་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ། ཕྱོགས་དུས་ཀྱི་སྐྱ་དང་བ་ཐམས་ཅད་དུས་མེད་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཛོན་པར་མཛད་པ་དེ་ནི་མཐའ་བཞི་ལས་གྲོལ་བའི་ཡེ་

ཤེས་ཀྱི་ལུས་ཅན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དང་དབྱེར་མེད་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་  
ནས་ངེས་པ་དོན་གྱི་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། དེའི་བྱིན་རྒྱབས་རང་སྣང་ལས་  
སངས་རྒྱས་སྐྱེ་གསུམ་གྱི་ཐིན་ལས་ནམ་ཡང་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་  
ལའང་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། ད་ལྟ་  
མ་ཅུ་བ་ལས། གང་དག་སངས་རྒྱས་སྦྱོས་འདས་ཤིང་། །ཟད་པ་མེད་ལ་  
སྦྱོས་བྱེད་པ། །སྦྱོས་པས་ཉམས་པ་དེ་ཀུན་གྱིས། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མི་  
མཐོང་ངོ་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་བཞིན་གང་། །དེ་ནི་འགྲོ་འདིའི་  
རང་བཞིན་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་ན་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་རྗེས་སུ་དྲན་པ་སྟེ། རྗེས་སུ་དྲན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་གསོལ་འདེབས་  
གཅིག་ཅུམ་དང་། ཡུག་གཅིག་འཆལ་བ་དང་། མེདོག་གཅིག་སྟལ་བ་དང་།  
གཡང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་མཚན་ལན་གཅིག་བརྗོད་པ་དང་། འབྲུག་ས་བཞིན་དུ་  
ཕྱི་གོས་ལ་བྲིས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་མཐོང་བ་རྩོན་ཆད་ཀྱང་དགོ་ཅུ་ཆུང་མི་ཟ་  
བ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུས་གསུམ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་  
ཤེས་མཐར་སོན་པའི་དབང་གིས་བསྐྱེད་པ་མེད་ཅིང་འདའ་བ་མེད་པར་ངེས་ཏེ།  
འབྲུག་ས་བྱེད་ཀྱི་རིག་སྒྲགས་རྣོན་པོས་དང་། རྒྱལ་གོམ་པ་བདུན་པས་ཟིན་  
པ་དང་། ལྷག་ས་ཀྱས་ཟིན་པའི་ཉ་རྒྱམས་རང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་རྩོལ་མི་དགོས་  
པར་དབང་མེད་དུ་བྱེད་པའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་དག་ཀྱང་

མའི་ལ་དུའི་ཚོག་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་འབྲས་ལུའི་ཚོས་ཉིད་བསྐྱུ་བ་མེད་  
 བ་ལ་རིགས་པས་ངེས་པ་འདྲོངས་པ་དག་ལ་ངེས་པའི་ཤེས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲུག་  
 དང་བུལ་བ་སྒྲེལ། །དེ་ལྟར་ན་ཕན་ཡོན་ཚད་མེད་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
 ཉིན་མཚན་ནམ་རུང་རུང་དུ་ཡིད་ལ་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་  
 གྱི་ཡི་གེ་ན་བར་གྲགས་པ་དང་། དེ་ལ་མོས་པ་ཤིན་ཏུ་རྟེན་དགའ་བ་ཡིན་ཏེ་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་མཚན་ནི་ཚད་མེད་པའི་བསོད་ནམས་མི་ཟད་པའི་འབྱུང་གནས་  
 ཚོས་ཉིད་དང་རྟེན་འབྲེལ་དང་སྟོན་ལམ་དང་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་དགེ་བ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱུང་བའི་མཐུ་ལས་སངས་རྒྱས་གྱི་མཚན་གྱི་འདུ་བྱེད་སྤྱིད་པ་ན་ཕན་  
 བདེའི་གཞིར་གྲགས་ཤིང་གསལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཚེ་འདིའི་འདོད་པ་འཛོལ་བའི་  
 ཁོར་བ་དང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་བུམ་བ་བཟང་པོ་བདུད་ཅིའི་བདུང་བ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་མདུན་དུ་རྟེན་བར་དགའ་ན་འདི་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཁོར་བ་སོགས་  
 གྱིས་ནི་ཐར་ལམ་གསལ་བར་མི་རུས་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་  
 གྱིས་ནི་ནམ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་གསང་བ་བསམ་མི་བྱུང་བའི་བྱིན་རྒྱུའམ་ལས་སྤང་བའི་མཚན་  
 གྱིས་སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་བདེ་བ་སྟེར་བར་བྱེད་པའང་དཔོན་པོའི་ཚོས་ཉིད་  
 རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རུས་པ་བསམ་མི་བྱུང་བ་ནམ་ཡང་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལེགས་  
 བར་བརྟག་ན་ཁོར་བ་སོགས་བཅའ་པོ་རུལ་དུ་མ་ཚོགས་པ་དང་། གྲུབ་པའི་  
 རིགས་སྒྲགས་དག་གི་ཀྱང་དག་གི་སྒྲ་སྒྲིད་ཅིག་དུ་མའི་སྤོང་བ་ལས་བདེན་པར་

ཐུབ་པ་ཅུང་ཟད་མེད་ཀྱང་། བསྟེན་པ་པོ་ལ་ཐུན་སྲུང་ཚོགས་པའི་དབལ་སྟེར་  
 བ་ལ་བསྟེན་དུ་མེད་པ་བཞིན་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབང་གིས་དངོས་  
 པོའི་རྣམ་པ་རྟེན་འབྱུང་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ན་སྐྱབ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དོན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །མདོ་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཉིན་  
 རེ་བཞིན། །བསྐྱལ་བ་གདུའི་བྱེ་མ་སྟེད། །ལྟ་ཡི་ཟས་གོས་བྱིན་པ་བས། །དག་  
 བསྟེན་གཅིག་ལ་ཟན་གཅིག་བྱིན། །དེ་བས་བསོད་ནམས་གྲངས་མེད་བསྟེད། །  
 དག་སྟོང་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་དང་། །རྒྱན་ཞུགས་ཕྱིར་འོང་ཕྱིར་མི་འོང་། །  
 དག་བཅོམ་རང་རྒྱལ་བར་དུ་སྒྱུར། །ལ་ལས་ཕྱོགས་བརྩའི་རུལ་སྟེད་ཀྱི། །  
 རང་རྒྱལ་རྣམས་ལ་ཉིན་རེ་བཞིན། །བསྐྱལ་བ་གདུའི་བྱེ་མ་སྟེད། །ལྟ་ཡི་ཟས་  
 གོས་བྱིན་བཤམ། །གང་གིས་སངས་རྒྱས་སྐྱ་ཐོས་སམ། །སངས་རྒྱས་སྐྱ་  
 གཟུགས་བྲིས་བཤམ། །འདིམ་པ་ལས་བྱས་མཐོང་བ་ཡང་། །དེ་བས་བསོད་  
 ནམས་ཆེས་ལྟག་ན། །སྐྱ་མཐོང་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བཤམ། །བསྐྱལ་བ་ཚོགས་གཅིག་  
 ཅམ་བཞེད་དམ། །མཚན་པ་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། །གང་གིས་སངས་རྒྱས་  
 མཚན་བཟུང་སྟེ། །ཡིད་ཆེས་མོས་ཤིང་མི་སྟོང་ན། །ཁིང་བརྩ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་  
 བཀའ་། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཉིན་རེ་བཞིན། །བསྐྱལ་བ་གདུའི་བྱེ་སྟེད་  
 དུ། །ཐུལ་པའི་དག་བས་དཔེར་མི་མོད། །གཞན་ཡང་མཚན་ཅམ་བཟུང་བ་  
 ལའང་། །ཆོའདི་ཉིད་དང་བྱི་མར་ཡང་། །ཐན་ཡོན་མཐའ་ཡས་གསུངས་གྱུར་  
 ན། །རྒྱལ་བའི་བསྐྱལ་བ་འདི་ལྟ་བུ། །སྟོག་དང་ཡིད་བྱེད་སྟོས་ཅི་དགོས། །

ཞེས་གསུངས་པས་མཚོན་ཏེ་རྒྱུ་པར་མདོ་རྣམས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ་ཚོས་རྒྱུ་པར་པ་ལ། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱུ་པར་པ་གཉིས་  
 དང་པོ། དམ་པའི་ཚོས་ནི་ཞེས་པ་ནས་ཡོངས་སུ་བྱང་བ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་སྒྱིར་རྒྱ་ཉ་འཛིན་པའི་བྱིངས་ལས་བསྐྱབས་པའི་རྣམ་ཉི་  
 སྒྱའི་ཤེས་བྱ་དང་ལམ་སོགས་བཅུ་ལ་འབྲུག་སྟེ། ཚོས་ཤེས་བྱ་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་འཛིན་པ་དང་། དག་བཅུ་སོགས་དན་སོང་ལས་འཛིན་པ་དང་། ལམ་  
 མཐའ་གཉིས་ལས་འཛིན་པ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐབས་སོ་སོར་གོ་བ་ལེན་  
 དགོས་ཀྱང་། འདི་སྐབས་དམ་པའི་ཚོས་ཞེས་ཤེས་བྱའི་ཚོས་རྣམས་ཀྱི་ནང་  
 བ་དམ་པ་དང་། རབ་དང་། སུལ་དུ་བྱུར་པ་ནི་རྒྱ་ལམ་དང་། འབྲས་བུ་འགོག་  
 པ་མུང་འདས་ཀྱི་ཚོས་གཉིས་དང་། དེའི་རྒྱ་མཐུན་ལུང་གི་ཚོས་དང་བཅས་  
 པ་སྟེ། མདོར་ན་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་དམ་པའི་ཚོས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
 དམ་ཚོས་དེ་ནི། ཐོག་མར་ཐོས་པའི་དུས་སུ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྦྱེ་བས་ཐོག་  
 མར་དག་པ་དང་། བར་དུ་བསམ་བློང་གི་ཤེས་པས་དོན་སྦྱོང་ན་གཏན་བདེའི་  
 ལམ་ཀྱི་ངེས་པས་དགའ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་སྦྱེ་བས་བར་དུ་དག་པའམ་ལེགས་  
 པ་དང་། མཐར་བསྐྱོམ་པའི་དུས་སུ་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བས་སྲིད་  
 པ་གཏན་དུ་ལྷོག་པས་ན་ཐ་མར་དག་པ་སྟེ་གསུམ་ཡིན་ལ་ཡང་ན་རིམ་པ་  
 ལྟར་བརྗོད་བྱ་བསྐབ་པ་གསུམ་སྟེ། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཉིང་འཛིན། ཤེས་  
 རབ་གསུམ་སྟོན་པས་ན་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་དང་མཐུན་པར་ཐོག་མ་བར་དང་ཐ་

མར་དག་པ་ཞེས་བཤད་དེ། སྐབས་དེ་དང་དེ་ན་གཙོ་ཆེ་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་  
རིམ་པས་སོ། །དོན་བཟང་པོ་ནི། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་རྣམས་  
པ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཐོན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པ་ཡིན་པས། དོན་མེད་པ་  
བྱུང་ག་སོ་བརྟག་གི་བསྟན་བཅོས་ལྟ་བུ་དང་། དོན་ཆུང་བ་བཤེད་གི་ལོ་མའི་  
གངས་དང་ལུས་ཀྱི་སྟོན་ལུང་གངས་སྟོན་པ་ལྟ་བུའི་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པར་གཤམ་  
བྱ་མཐའ་དག་གི་ཡུལ་ལ་སྒྲོངས་པ་བསྟོག་ནས་བའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་  
པས་སོ། །ཆོག་འབྲུ་བཟང་པོ་ནི། མིང་ཆོག་ཡི་གེའི་འདུ་བྱེད་ཡུལ་དེ་ལ་མ་  
གཤམ་པ་དང་ཐེབ་སྟོར་དགྲུགས་པ་སོགས་དང་། བརྗོད་ཚུལ་མི་ལེགས་པའི་  
སྟོན་མེད་པ་སྟེ། ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཁ་ཅིག་ལྟར། ཆེད་དུ་དག་འཁྱོག་  
པོས་གོ་དགའ་བར་བྱས་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོང་  
རྗེའི་ཐུགས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་སྟོང་དང་འཆོམས་པར་གོ་བདེ་ཞིང་འཛིན་སྐྱེ་ལ་  
དོན་གསལ་ཞིང་ན་བར་སྟན་པའོ། །དོ་པོའི་ཆ་ནས་ཆངས་སྟོང་གི་ཡོན་ཏན་  
བཞི་དང་ལྟན་པ་སྟེ། དེའང་མ་འདྲེས་པ་ནི། གཞན་ལུ་སྟེགས་སོགས་དང་  
ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཐ་བའི་མི་རྟག་པ་དང་འདུ་བྱེད་གྱི་སྒྲུག་བསྐལ་དང་། བདག་  
མེད་པ་སོགས་སྟོན་པ་དེས་ན་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པ་ཐུན་མིན་གྱི་ཡོན་ཏན་  
ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཉན་མོངས་དག་རྣམས་མ་ལུས་འཆོས་པ་དང་། །ངན་འགྲོའི་  
སྟོང་ལས་སྟོབ་པ་གང་ཡིན་པ། །འཆོས་སྟོབ་ཡོན་ཏན་ཕྱིར་ན་བསྟན་བཅོས་  
ཏེ། །གཉིས་པོ་འདི་དག་གཞན་གྱི་ཡུགས་ལ་མེད། །ཅིས་པ་ལྟ་བུའོ། །



ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི། འདོད་པ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤྲུགས་རེ་དང་།  
 བད་གྱི་གཉེན་པོ་སྤྲོན་ལྟ་བུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྲུགས་རེ་ནི་བའི་ཐབས་ཉི་ཆེ་བ་མ་  
 ཡིན་པར་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་མཐའ་དག་བྱང་ནས་འབྱེན་པའི་  
 གཉེན་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་སྟེ། རྒྱལ་ཚབ་དམ་པས། གང་ཞིག་དོན་ལྡན་  
 ཆོས་དང་ཉེར་འབྲེལ་ཞིང་། ཁམས་གསུམ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་བྱེད་  
 གསུང་། ཁྱི་བའི་ཕན་ཡོན་སྟོན་པར་མཛད་པ་གང་། དེ་ནི་བྱང་སྤྱོད་གསུང་  
 ཡིན་ལྟ་བུ་པ་གཞན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། ཡོངས་སུ་དག་པ་ཞེས་  
 པ་ཤེས་བྱ་ཆོས་དབྱིངས་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ངོ་བོ་ལ་དྲི་མ་ཡེ་ནས་དག་  
 པ་ཉིད་བརྫོང་བྱར་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
 གྱང་ཆོས་གྱི་དབྱིངས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པས་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་གི་སྒྲིམ་པས་དབེན་  
 པ་ཡིན་པར་བསྟན་པའོ། ཡོངས་སུ་བྱང་བ་ཞེས་པ་ཆོས་དབྱིངས་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་དག་པ་ལ། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པའི་སྐྱོ་བྱུར་གྱི་དྲི་མའི་ཆ་བག་ཆགས་  
 དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱང་གཤིས་མ་ནོར་བར་འཇལ་བའི་ལམ་གྱིས་སྦྱངས་  
 ཉེ་གནས་ལུགས་ཅི་བཞིན་པ་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་སྐྱོ་བྱུར་བྲལ་དག་གི་ཆ་ནས་  
 དེ་སྐད་དུ་གསུངས་པའོ། དེ་ལྟར་ཆངས་པ་ཞེས་པ་མྱུང་འདས་ཡིན་ལ། དེའི་  
 ལམ་མཐ་སྦྱོད་པ་ཡིན་པའི་ཆོས་ནི་ཆངས་སྦྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་བཞི་དང་ལྡན་པ་  
 ཞེས་སོ། དེ་ལྟར་དག་པ་གསུམ་དང་། བཟང་བོ་གཉིས་དང་། ཆངས་སྦྱོད་  
 བཞི་བོ་འདི་དག་མདོ་སྟེ་རྒྱུན་ལས་གྱང་། དང་དང་དགའ་དང་སྒོ་རྣམས་གྱི།

རྒྱ་མིང་ཆོས་འདི་དག་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མ་གཉིས་ལྟན་གསུང་སྤྱད་དང་། ཡོན་  
ཏན་བཞི་ཅན་ཆོངས་སྤྱོད་སྟོན། ཞེས་དང་། ཆོངས་སྤྱོད་བཞི་ཡང་། གཞན་  
དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་ལྟན་པ་དང་། །ཁམས་གསུམ་ཉོན་མོངས་རྣམས་སྤྱོད་  
རྫོགས་བྱེད་དང་། རོ་པོ་ཉིད་དག་ཀྱི་མས་དག་པ་སྟེ། ཆོངས་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་  
བཞི་ལྟན་ཡིན་པར་འདོད། ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། སྤང་བྱའི་མཚོག་ཏུ་བརྟན་པ་དང་། གཏན་གྱི་ཡིད་  
བརྟན་ཏུ་བརྟན་པའོ། འདར་པོ་ལ་མདོར་བརྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་  
པོ། བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ལེགས་པར་གསུངས་པ་ཞེས། ཤེས་བྱ་  
མཐའ་དག་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་སྤྱི་བ་མེད་ཏུ་འཇུག་པ་ཆད་མའི་སྒྲིམ་  
བྱ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་བརྟན་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་ཀྱན་བྲལ་  
ཡོན་ཏན་ཀྱན་རྫོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ལེགས་པར་གསུངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་གཞན་རྫོངས་པས་བསྤྱད་པ་ཕྱི་རོལ་བའི་ལུགས་ལ་འགལ་བའི་གཞོད་  
བ་དུ་མའི་ཉེས་པ་དང་བཅས་པས་ན་ལེགས་པར་བཤད་པ་མེད་དོ། ཅིས་སོ། །  
གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། སྟོན་བྲལ་བའི་ཆུན་དང་། ཡོན་ཏན་ལྟན་པའི་  
ཆུན་བརྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། ཡང་དག་པར་མཐོང་སོགས་ཆོག་གསུམ་  
གྱི་དོན། རི་ལྟར་ལེགས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ན། ཡང་དག་པར་མཐོང་བའམ།  
དཔེ་ལ་ལར་ཡང་དག་པར་བརྟན་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དངོས་པོའི་གནས་  
རྒྱལ་མ་ནོར་བར་མིག་གསལ་བས་གཞུགས་ལ་བལྟས་པ་བཞིན་དུ་གཟིགས་

ནས། རོན་དེ་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་པས། གཤམ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་  
ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ལུགས་མ་ཞོར་བར་མཐོང་རྒྱས་པས་ན་ཡང་དག་པར་  
མཐོང་བསྟེ། འདི་ལ་འབྲུལ་བ་མེད་ཅེས་པའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དཀའ་ཆེན་གྱི་འགྲེལ་  
པ་ན་ཆོག་ཙམ་མིན་པར་དོན་ལ་དབྱད་ནས་ངེས་པ་ཐོབ་དགོས་པའི་དོན་དུ་  
འཆད་ཀྱང་། འདི་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བྲན་པའི་ལྷོག་ཆར་མ་ཞོང་བར་གང་  
ཟག་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆོག་གཅིག་བར་དུ་སྟོན་པ་མི་འབྲེལ་ལོ། །ནད་མེད་  
པ་ཞེས་པ། ནད་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ། ཉོན་མོངས་པ་  
བག་ལ་ཉལ་བཅས་བྱུང་ནས་འབྱེན་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་འདིའི་ངོ་བོ་ནི་ཉི་  
མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཐུན་པའི་སྐབས་མི་ཐོབ་པ་བཞིན་དུ་ཟག་པའམ་ནད་  
ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའོ། །དེས་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་སྐྱུ་ཅུལ་ལ་སོགས་པའི་  
བསྟན་བཅོས་དང་། རིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་དང་མི་འགལ་  
པར་མཚུངས་ལྡན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་དེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཇགས་  
པའོ། །དུས་ཆད་པ་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི། འདི་སྟོན་བྲལ་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཡིན་  
དུ་ཟེན་ཀྱང་། འདི་ལ་ཡིད་བརྟན་དུ་བྱས་ན་འད་ནམ་ཞིག་འདིའི་ཡོན་ཏན་  
གྱིས་མི་སྟོབ་པའི་དུས་ཤིག་ཡོད་དམ་སྟམ་ན་དེ་མེད་དེ། འདི་ལྟར་ནོར་བུ་  
དང་བུམ་བཟང་སོགས་ཐན་པའི་དངོས་པོ་བཟང་པོ་ཡང་དུས་ཆད་པ་མེད་  
པར་ཐན་འདོགས་པ་མིན་ནའང་། འདིས་ནི་སྤང་བྱ་སྤངས་པ་སྤང་མི་ལྷོག་  
ཅིང་། འཇགས་ལམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་རྟོགས་རིགས་ལས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་ཉམས་

པ་མེད་པས་ན། འདི་ནི་དུས་རྒྱུན་ཆད་པ་འཕམ་ཟད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་  
དག་གྲང་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབས་པས་ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་སྟེ་འདིར་  
ཡི་གེ་མང་གིས་དོགས་ནས་མ་བྲིས་སོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་ལྟན་པའི་ཆ་ནས་རྗེས་སུ་དྲན་ཚུལ་ལ་ཆོག་གསུམ་སྟེ།  
དེ་ཡང་། ཉེ་བར་གཏོད་པ་ཞེས་པ་སྟུག་ཀུན་གྱིས་བསྐྱས་པའི་སྤང་བྱ་མཐའ་  
དག་སྤངས་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་གཏན་དུ་བ་འདིས་རང་རྒྱུད་ལ་གཏོད་  
པར་བྱེད་པ་སྟེ། རྒྱ་འདི་ལས་གཞན་དུ་ཤེས་བྱའི་ཁོངས་ན་ནམ་གྲོལ་གྱི་བདེ་  
བ་ཉེ་བར་གཏོད་ཅུས་པ་མེད་དོ་ཞེས་སོ། །རི་ལྟར་གཏོད་ན་འདི་ལ་ཐོས་བསམ་  
སྒྲོམ་པས་ཞུགས་པ་དེ། རིམ་གྱིས་གྲིད་པའི་གནས་ནས་དྲངས་ཏེ་ཟག་མེད་  
ཀྱི་དབྱིངས་སུ་འདྲེན་པར་བྱེད་པས་སོ། །དེ་འང་རྒྱ་དཔེར་སྟེ་པན་ཡི་ཀ་ཞེས་  
ཉེ་བར་གཏོད་པ་འཕམ། ཉེ་བར་འདྲེན་པ་ཞེས་འབྱུང་དོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་  
མཐོང་བ་ལ་དོན་ཡོད་པ་ཞེས་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བ་སྟུག་བསྐྱལ་  
གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ན་འབུམ་པ་རྣམས། ད་དུང་དུ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་དང་མ་  
འཕྲད་ཉམས་སུ་མ་སྤངས་ན་མཐའ་ཐུག་པ་མེད་པར་སྟུག་བསྐྱལ་བ་བློད་དགའ་  
བའི་འདམ་དུ་དབང་མེད་དུ་འབྱུན་པར་འདུག་པ་ལ། འདི་དང་འཕྲད་ན་རྒྱ་  
མཚོའི་དབུས་སུ་གྱུ་དང་འཕྲད་པ་ལྟར་མཁས་པ་རྣམས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་གཏེར་ཆེན་པོའི་ཡ་རོལ་དུ་སྒྲར་མི་ལྟོག་པར་འགྲོ་བ་ཡིན་  
པས་ཤེས་བྱའི་ཁོངས་ན་མཐོང་བ་འཕམ་ཤེས་པ་ལ་འདི་ལས་དོན་ཆེ་བ་གཞན་

མེད་ཅིང་། དོན་གྱི་མཆོག་མཐར་ཐུག་པ་འདི་ལ་ཡོད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །  
 དེ་ལ་འཁོར་བ་འདི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། དེའི་གཉེན་པོ་ཆོས་ཁོ་  
 རར་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པར་བྱས་  
 པས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མིག་ཅན་དག་གིས་ནི་ཀྱེ་མའོ་གསུང་འདི་ནི་ཆེས་བདེན་  
 པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་ངེས་པར་འགྲུར་ཏེ། གཞན་ཚོངས་པ་གང་དག་དམ་  
 ཆོས་ལག་ཏུ་མཆིས་པའང་སྤོང་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཆོག་ཙམ་དུ་སྤྲད་གི་  
 དོན་མི་མྱོང་ངོ་། །རྒྱ་དབེ་ལ་ལར་ཨེ་ཉི་བ་ཤྱི་ཀམ་ ཞེས་འབྱུང་བ་འདིར་ལྟོས་  
 ཤིག་ཏུ་བསྐྱུར་བའང་འདི་ལས་དོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་བས་ན་ལྟོས་ཤིག་ཅེས་པ་  
 ཡིན་ཡང་གོང་ལྟར་བསྐྱུར་བ་ལེགས་སོ། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་  
 གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་ཅིང་རྟོག་གོ་དང་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒོ་  
 བལ་བའི་སྒྱུད་ཡུལ་མིན་པར་བསྟན་པ་སྟེ། དོན་གྱི་གནས་ཚུལ་གཟིགས་  
 པའི་མཁས་པ་འབགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་  
 དུ་འདི་མངོན་སུམ་འགྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་རྫོགས་པར་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་མཁས་  
 པ་མཐར་ཐུག་པ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ཀའི་ཡུལ་ལོ། །དོན་སྤྱི་འཇུག་གིས་འཇུག་  
 བའང་ཤིན་ཏུ་ཞིབ་མོའི་སྒོ་ཅན་མཁས་པའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཡིན་ཞེས་སོ། །དེ་ལ་  
 སོ་སོ་རང་རིག་པ་ཞེས་སོ་སོ་ནི་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། རང་  
 ཞེས་པ་ཡུལ་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་མ་ཞོར་བ་དང་། རིག་པ་ཞེས་མཐོང་བ་སྟེ་སྐྱེ་  
 བསྐྱེད་པས་ན་གཞན་སུམ་སོགས་ཤེས་པའི་མིག་ཤེས་ལྟ་བུ་ཚུར་མཐོང་གིས་

འདི་མི་ཤེས་ཀྱི། འདི་རང་ཉིད་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་གཅིག་ལུ་སྟེ་སྟུན་མོང་མིན་  
པའི་སྒྲོ་ཞིག་གི་ཡུལ་ཡིན་པའོ། །དེས་ན་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་  
པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་པས་སྟུན་མོང་མིན་པ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
ཡོན་ཏན་དག བསྐྱེམས་པའི་མྱོང་བས་རིག་ན་མི་འགྱུར་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་  
གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཤེས་བྱའི་ཁོངས་ན་སྤང་བའམ་བཅང་བར་བྱ་བའི་མཚོག་ནི་དམ་པའི་  
ཆོས་ཡིན་པར་བརྟན་ནས། ད་ནི་གཉིས་པ་དེ་ལ་སྤང་ཞིང་བཟུང་ན་གཏན་  
དུ་ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་བའི་རྩལ་གསུངས་པ་ལ། བརྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་ལེགས་པར་བརྟེན་  
པ་ཞེས། དེ་ལ་བཅིག་འདི་སྟུམ་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ནི་ལ་ལར་སྤང་སོགས་  
ཡོད་པར་བརྟན། ལ་ལར་མེད་པར་བརྟན། ལ་ལར་གཉིས་ཀར་བརྟན། ལ་  
ལར་གཉིས་མིན་དུ་བརྟན་པ་སོགས་མཐའ་ཡས་པས་ཡིད་བརྟན་དུ་དཀའ་  
སྟུམ་ན། དེ་ལྟ་མིན་ཏེ། ཆད་མའི་སྒྲིལ་བུ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
གདུལ་བྱའི་ཁམས་དབང་བསམ་པ་ལེགས་པར་མཁུན་ནས་ནོར་བུ་རིན་པོ་  
ཆེ་མྱེདོར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། བདེན་པ་གཉིས་ལས་བརྩམས་པའི་ཆོས་རགས་  
པ་དང་སྤྲ་བ་དང་གིན་དུ་སྤྲ་བ་དང་མཐར་ཐུག་པའི་དོན་རྣམས་ཅི་ཅམ་བཟོད་  
པར་བརྟན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གདུལ་བ་ལ་  
འགོ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་གི་བྱང་ཆུབ་ལ་གཞོལ་བ་གསྟག་ཡིན་གྱི། དོན་སོ་

སོ་དང་འགལ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་མི་སྟོན་པ་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་མེད་  
པར་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་གི་བྱང་ཆུབ་གཅིག་ལ་འགལ་བ་མེད་པར་འཇུག་  
པ་ཡིན་པས་ན་དེ་སྐད་ཅིས་བྱ་སྟེ། དཔེ་ལ་ལར་ལེགས་པར་སྟོན་པ་ཞེས་འབྱུང་  
བའང་དོན་དེ་འདྲའོ། །འགྲེལ་བ་ཁ་ཅིག་ན་ཡིད་རྟོན་གྱི་སྒྲུབ་བྱས་ནས་དེའང་  
འདུལ་བའི་བཅས་མཚམས་ལ་གཅིག་སྒྲས་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་བཤད་པ་ནི་  
སྐད་དོད་དང་དོན་གྱི་འབྲེལ་གཉིས་ཆར་བརྟགས་པས་གཞུང་གི་དགོངས་པ་  
ཡིན་མིན་ཤེས་པར་བྱས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་ཚིག་བྲུག་ལས། དང་པོ་གཉིས་ནི། དེས་པར་  
འབྱུང་བ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགོ་བར་བྱེད་པ། ཞེས་དམ་པའི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་དོན་དམ་པའི་ནུམ་པ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ་དེ་རི་ལྟར་  
ཡིན་སྟུམ་ན། ཀྱུན་ཉོན་རགས་པ་ནས་བརྩམས་ཏེ་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་  
སའི་བར་གྱི་སྒྲུབ་བྱ་མ་ལུས་པ་ལས་དེས་པར་འབྱུང་བའི་ཐབས་སྣ་ཚོགས་  
དང་ལྡན་པ་སྒྲངས་པ་ཐུན་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཆན་ས་དེས་པར་འབྱུང་བ་  
དང་། སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་དྲི་མ་ཟད་པ་ན་དེ་ཉིད་ཏུ་སྒྲ་མེད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
རྫོགས་བྱའི་མཐར་ཐུག་པའང་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་ན་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
ཏུ་འགོ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒྲུབ་བྱ་མཐའ་དག་སྒྲངས་ཤིང་། རྫོགས་  
བྱ་མཐའ་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་འབབ་ཅིང་གཞོལ་པས་མཐར་  
ཐུག་ཐེག་གཅིག་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐྱིར་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་

བརྟན་བྱ་མཐའ་དག་གཅིག་ཡིན་ན་གཅིག་སྤང་དགོས་པའི་འགལ་བ་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་ལམ་གྱི་ཆ་རྟེན་གཅིག་ཏུ་རྫོགས་  
པས། གདུལ་བྱའི་བསམ་པའི་དབང་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཚད་མེད་པའང་  
མི་མཐུན་པ་མེད་ཅིང་། མི་མཐུན་པ་མེད་པ་ཅུ་མ་ཟད། འོག་མའི་ཡོན་  
ཏན་གྱི་ཆ་ཐམས་ཅད་གོང་མར་འདུ་ཞིང་མི་ཐུང་པས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གནད་  
གཅིག་ཏུ་ཆང་བ་ལ་འདུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་  
སྣ་ཆོགས་པ་དོན་སོ་སོ་བ་འགལ་བ་ཡང་ཡིན། གཅིག་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བ་  
ཡིན་ན་མཐར་ཐུག་གི་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་ཡང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་ཆོས་  
ཆེ་ཆུང་རང་གིས་ཇི་ཅུམ་བཟོད་པ་དེ་ལའང་གཏན་དུ་ཡིད་བརྟན་རུང་ཞེས་  
པའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་གནད་མ་རྫོགས་པར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོས་ནི་དམན་པའོ་  
སྟུམ་དུ་སེམས་པ་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཆོས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་  
རྒྱལ་ཡིད་ངོར་མ་ཤོང་ནས་ཆོས་སྤོང་བའི་ལུང་གྲོལ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
བརྟེན་པ་ཡོད་པ། རྒྱ་བ་བཅད་པ་ཞེས། སྤྱིར་འདུས་བྱས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོས་  
གང་དང་གང་ལ་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅད་མཐར་མི་འཛིག་པ་མེད་པས་འཁོར་  
ལོས་སྦྱར་བ་དང་ཆངས་དབང་སོགས་ཀྱི་སྤིད་ཐོབ་ནའང་། དེ་ལ་བརྟེན་པ་  
མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཐོབ་པ་པོ་དེ་ལ་འདུན་ཞིང་མ་གཏོང་ན་ཡང་། ཐོབ་  
བྱའི་ངོས་ནས་བརྟེན་པ་མེད་པའམ་གཟུང་དུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ།  
ཆོས་ནི་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་པོ་རང་གིས་ཆོས་མ་བཏང་ན་ཆོས་ལ་བརྟན་



པའམ་གཏད་སོ་འཆའ་མི་རྣམས་པ་ཞིག་ཕྱོགས་དུས་གྱི་ཆ་གང་ནའང་མི་སྤྲིད་  
 པས་སོ། །འདི་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་པ་ཆོས་རྟེན་དུ་བྱས་ནས་དེའི་སྤྲོད་ན་བརྟེན་  
 པ་པོས་བརྟེན་པ་དེ་ནམ་ཡང་མེད་པར་མི་འགྱུར་བར་གོ་དགོས་ཏེ་སྟོན་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་  
 དུ་བྱས་ནས་བརྟེན་པ་ཡོད་པ་ཞེས་སྒྱུར་རོ། །ཁ་ཅིག་ཆོས་སངས་རྒྱས་ལ་  
 བརྟེན་ཞེས་པ་ཅུ་མ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྲོད་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་  
 སྒྱུར་བ་ནི་གཞུང་འགའ་ཞིག་གི་དོན་སྟོང་མ་རྣམས་པའོ། །དེ་ལ་འདི་སྟུམ་དུ།  
 དེ་ལྟར་ཆོས་དེ་མི་བསྐྱུ་བའི་ཡིད་བརྟན་རུང་བར་གྱུར་གྲང་། འདི་ལྟར་འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་བྱ་བ་བཟང་པོ་དང་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་བཟང་པོར་ཟད་གྲང་། བཟང་པོ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། ད་ནི་བཞི་བ་  
 ཅིའང་མེད་དེ་ཞེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡིད་བརྟན་རུང་བ་མེད་པས་ཆོས་གྲང་  
 དེ་དང་འདྲའི་སྟུམ་ན་མིན་ཏེ། ཆོས་ལ་བརྟེན་ན་བཟང་པོ་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
 གནས་བྱ་བ་བྱས་པ་དང་། ལྷུང་པོར་བཞི་སྟོབ་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སྦྱར་བ་  
 ཡོད་དེ། དེའི་ཆོན་སྒྲར་ཡང་བྱ་བ་གཞན་དང་གཞན་ལ་སྦྱར་བའམ། གཅིག་  
 བས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་ཅིང་འགོ་བ་ཡང་དག་པར་ཆད་པས་ན་རྒྱ་བ་བཅད་པ་  
 ཞེས་ཏེ། རྣམ་བཤད་རིག་པ་ལས། གོང་ན་མེད་པ་ཉིད་ནི་རྒྱ་བ་བཅད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཏེ། ཆོས་ཤིན་ཏུ་མཆོག་ཏུ་འགོ་བ་ནི་རྒྱ་བའོ། །དེ་འདྲིར་ཡང་དག་པར་  
 ཆད་པས་ན་རྒྱ་བ་བཅད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་སེམས་སེམས་

བྱུང་གི་རྒྱ་བ་བཅད་པ་དང་། འཁོར་བར་འགོ་བ་བཅད་པ་སོགས་སྣ་ཆོགས་  
 ཞིག་འགོལ་བ་སོ་སོ་ན་བཤད་ཀྱང་ཕྱོགས་རེ་བ་སྟེ་བྱུང་མ་ཕྱིན་པའོ། །ཆོག་  
 ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་དོན་བརྒྱུད་པས་གསལ་པོར་འདི་ན་ཕྱི་བ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལྟ་  
 ན་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་ཁོངས་འདི་ན་ཡིད་བརྟན་འཇུག་མེད་དུ་བྱུང་བའི་དངོས་  
 པོ་ནི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་པར་ཤེས་ཤིང་། འདས་དང་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པའི་  
 རྒྱལ་བ་སྐྱས་དང་སྐྱོབ་མར་བཅས་པ་དང་། འགོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་ལེགས་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་སྣང་བ་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བར་ཡིད་ཆེས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་  
 འཛིན་པའི་སྦྱོན་ལམ་གདབ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་ཏུ་རྒྱལ་བའི་སྐྱས་ཀྱི་སྦྱོན་ལམ་  
 ཆད་མེད་པའང་འདུ་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ནས་ད་ལྟ་དམ་པའི་ཆོས་རིན་པོ་ཆེའི་སྣང་བ་འདི་དང་  
 འཕྲད་པ་རེ་དག་འཇུག་དུ་རང་ལྱས་དང་བསྟུན་པའི་ཆོས་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ།  
 དེ་ལའང་བྱམས་པས། ཡི་གེ་འབྲི་མཆོད་སྦྱིན་པ་དང་། ཉན་དང་གྲོག་དང་  
 ལེན་པ་དང་། འཆད་དང་བཏོན་བྱེད་པ་དང་། དེ་སེམས་པ་དང་སྒྲོམ་པའོ། །  
 ཞེས་པ་ལྟར་ཆོས་སྦྱོད་བཅའི་ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན་པས་མི་ཆེ་དོན་ཡོད་  
 བ་ལ་འབད་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོགས་བཅད་  
 གཅིག་ཐོས་པ་དང་། གཟུང་བ་དང་། འཆད་པ་དང་། དོན་སེམས་པའི་པན་  
 ཡོན་ཡང་ཆད་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག་རྒྱས་པར་མདོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 གསུམ་པ་དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་ཚུལ་ལ། དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་

ཏན་བརྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་དེ་དང་ལྡན་པ་སྤྱིན་གནས་གྱི་མཚོག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་  
 བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཞིང་མཚོག་གི་ཡོན་ཏན་  
 གཉིས། དང་པོ་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་འདུན་ནི། ཞེས་པ་ནས། མཐུན་པར་  
 བྱུགས་པའི་བར་གྱིས་བརྟན། དེ་ལ་དགོ་འདུན་ཞེས་པ་བདུད་བྱེ་བ་བྲག་ཁྲིག་  
 གིས་ཀྱང་ལམ་ལས་དབུལ་བར་མི་རྒྱས་པས་ན་མི་བྱེད་པའི་འདུན་པ་ལྡན་  
 པའི་མིང་སྟེ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་གི་དོན་ནོ། །དེ་ལ་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཐོག་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བྱིར་ཆེན་པོ་ཡོན་པ་འཕམ། ཡང་ན་དམིགས་  
 པ་སོགས་ཆེན་པོ་བདུན་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་པ་ལ་གནས་པའི་འཕགས་པ་  
 རྣམས་ནི། ཉེས་པའི་སྦྱོན་གྱི་རྣམ་པ་མཐའ་དག་དང་བུལ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་པས་རྒྱུད་བརྟན་པས་ལེགས་པར་བྱུགས་པ། དོན་རྣམ་པར་ངེས་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་ལྡན་པས་རིགས་པར་བྱུགས་པ།  
 ཏྲག་ཆད་སོགས་ཀྱི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གེས་རབ་  
 ཀྱིས་རྒྱུད་གོལ་བས་བྱང་པོར་བྱུགས་པ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྟ་བ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 འགོ་དོན་སོགས་མི་མཐུན་པ་མེད་པར་བྱང་འདས་ལ་བྱུགས་པ་ལ་མཐུན་  
 པར་བྱུགས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཡང་ན་ལེགས་པར་བྱུགས་པ་ཞེས་པ་འདི་མདོར་  
 བརྟན་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར་ན། རྒྱུད་པ་མཐའ་དག་རྫོགས་པའི་ལམ་ཡང་དག་  
 ལ་བྱུགས་པ་ནི་ལེགས་པར་བྱུགས་པ་རྟེ། བྱི་རོལ་བ་དག་ལ་ལམ་ཡང་དག་  
 མེད་པས་ལེགས་པར་བྱུགས་པ་མིན་ཞེས་སྟོན་ལ། རྒྱས་བཤད་ཏུ་རིགས་པར་

ཞུགས་པ་ཞེས། རིགས་པ་ནི་བྱང་འདས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་འབྲས་  
ཐུའི་ཆ་ནས་དང་། དྲང་པོ་འཕགས་པའི་ལམ་སྟེ། མདོ་ལས། དྲང་པོ་གང་  
ཡིན་འཕགས་པའི་ལམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལམ་གྱི་ལྷོག་ཆ་ནས་བསྟན། མཐུན་  
པ་ནི་འཕགས་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་འདས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བྱིར་  
མི་ལྷོག་པར་འགོ་བ་ལ་མཐུན་པས། མི་མཐུན་པ་མེད་པ་ཞེས་ཞུགས་པ་པོ་  
གང་ཟག་གི་ལྷོག་ཆ་ནས་བསྟན། ཡང་ན་རིམ་པ་བཞིན་ལམ་སྟེར་བ་དང་།  
འོར་བ་དང་། གོལ་བ། ལྷོག་པ་བཞི་བྲལ་བའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་ཞུགས་པ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། དོན་དུ་མི་ལེགས་པ་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་བྲལ་བའི་ཡང་དག་པ་  
མའོར་བའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་རྒྱུད་དག་པའི་གང་ཟག་གོ་  
ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ཐལ་མོ་སྐྱར་བའི་ཞེས་སོགས་ནས་ཡོན་ཡངས་སུ་སྦྱོང་བ་ཆེན་པོ་  
ཞེས་པའི་བར་གྱི་བསྟན་དོན་ནི། ཟབ་མོའི་ཚལ་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྒྱུད་དག་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་འདི་ལ་གཞན་གྱིས་གྲུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལག་པ་  
ཐལ་མོ་སྐྱར་བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ་འགོ་བའི་འདྲན་པ་དམ་པ་ཡིན་པས་  
འདི་ལ་ཐུག་འཆལ་བ་དོན་ཆེ་བས་ཐུག་བྱ་བའི་འོས་སུ་གྱུར་བ་དང་། ཡོན་  
ཏན་མཚོག་གིས་རྒྱུད་མཛེས་པ་གང་བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་གྱི་ཞིང་སྟེ། དཔལ་  
ནི་བཟང་པོ་འཕ་ཐུན་སུ་མཚོགས་པ་སྤྱིའི་མིང་ཡིན་ལ། བསོད་ནམས་ཀྱང་  
ཡིན་ལ་དཔལ་ཡང་དེ་ཡིན་པས། བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་ཐུན་སུ་མཚོགས་

པ་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བས་དེའི་གཞི་ཞེས་བྱ་ཞིང་། སྦྱོན་བྲལ་  
 ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་འདི་ནི་སྟོང་གསུམ་གྱི་འབྱུང་བས་མཆོད་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་  
 སྦྱིབ་པར་མི་འགྱུར་བས། འདི་ལ་སྤུལ་བའི་ཡོན་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པ་  
 རྟེན་ཡོན་ལ་སྦྱོད་པའི་ཉེས་པ་མེད་པར་མ་ཟད་གཞན་གྱི་ཆོག་སྤྲུལ་པའི་ཆེ་  
 རྒྱུ་གས་པར་མཛད་པའི་ཡོན་སྦྱོང་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་སོ། །མདོར་ན་ཐལ་མོ་སྦྱར་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་བཀུར་སྟེ་དང་། དུག་འཆོལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་སྦྱུང་བས་  
 སུ་བརྟེན་པའི་འོས་ཡིན་པ་དང་། གཞན་པན་མི་ཟད་པའི་དབལ་གྱི་ཞིང་ཡིན་  
 པ་དང་། ཡོན་གྱིས་སྦྱིབ་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་སྟོན་པ་སྟེ། བཀུར་འོས་བརྗེད་  
 པར་བྱ་བའི་མཆོག་ །དུག་བྱར་འོས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་  
 དགེ་འདུན་རྣམས་རང་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག་པའི་དབང་གིས་ན། གཞན་གྱིས་  
 མཆོད་པ་ལ་སོགས་པའི་འོས་སུ་འགྱུར་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་དེ་ལྡན་  
 སྦྱོན་གནས་ཀྱི་མཆོག་རྒྱ་བསྟན་པ་ལ་ཆོག་གཉིས་ཏེ། སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་  
 སྦྱར་བ་ཞེས་པ། ཞིང་བཟང་པོ་ལ་ལོ་རྟོག་ལྟར་གང་ལ་སྤུལ་ན་དོན་ཆེ་བས།  
 བན་བདེའི་འབྲས་བུ་རབ་དང་སྤུལ་དུ་སྦྱར་བ་ཆོད་མེད་པ་འབྲིན་པས་སོ། །  
 ཀུན་རྒྱལ་དང་སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་སྦྱར་བ་ཆེན་པོ་ཞེས། རྩོགས་དང་གནས་སྐབས་  
 ཀུན་རྒྱལ་དང་སྟེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཕྱོད་ཀུན་རྒྱལ་དང་སྦྱོན་པའི་གནས་སུ་སྦྱར་བ་ཆེན་  
 པོ་སྟེ། འདི་དང་མཚུངས་པའི་སྦྱོན་གནས་གཞན་མེད་ཅེས་པའོ། །འཛིག་རྟེན་  
 པ་ནི་ཉོན་མོངས་པས་རྒྱུད་བསྐྱད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་དེ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་

བས་ན་ནོར་བུ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དྲི་མ་མེད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཚིག་ཕྱི་མ་དུག་པོ་  
འདྲི་ཚོགས་ལམ་པ་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའི་འོས་ནས། སྦྱར་ལམ་ཕྱག་བྱ་བའི་འོས།  
ཕྱི་མ་བཞི་རྒྱན་ཞུགས་ནས་མི་སྟོབ་པའི་དག་བཅོམ་པའི་བར་དུ་སྦྱར་ཏེ་གསུངས་  
པའང་ཡོད་དོ། །མདོར་ན་ལམ་དམ་པའི་ཆོས་དེ་ཉིད་ཡང་དག་པར་རིགས་  
བས་གྲུབ་ན། དེ་ལ་སྟོབ་པ་དགའ་འདུན་དང་། སྟོབ་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་  
རྒྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་བས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བདེན་པ་  
བཞི་དང་ལྷན་པ་ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་གི་རིགས་ལམ་ལ་ཡང་དག་པའི་ངེས་པ་  
བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་འབད་ན་མཚོག་གསུམ་ལ་མི་ཐུང་པའི་དད་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ལྟར་དགའ་འདུན་དངོས་དང་། རྟགས་ཅམ་འཆང་བ་ལའང་དམ་པའི་  
ཆོས་རིན་པོ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་གཤེས་པར་བྱས་ནས་བཀུར་སྟེ་དང་མཚོན་པ་ཅི་རུས་  
བྱ་སྟེ་བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་མདོ་ལས།  
གང་ཞིག་ལྷ་བ་རེ་རེ་ལ། །མཚོན་སྟེན་བརྒྱ་སྟོང་མཉམ་བྱས་པས། །དགའ་འདུན་  
ནམས་ལ་དད་བྱས་པ། །དེ་ཡི་བཅུ་དྲུག་ཆར་མི་ཐོད། །ཅིས་གསུངས་པས་  
མཚོན་ཏེ་རྒྱས་པར་མདོ་ལས་གཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་མཐུག་དོན་གཞུང་ཆ་ཆང་བར་སྟོན་པའི་ཚོག་ འཕགས་པ་དགོན་མཚོག་  
གསུམ་རྗེས་སུ་དན་པའི་མདོ་རྫོགས་སོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ཕྱོགས་དུས་  
ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མ་ལུས་པ་ཀུན་ན་ཡན་བདེ་མཐའ་དག་གི་འབྱུང་གནས་  
དགོན་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་པ་གསུམ་ཞེས་གྲགས་པའི་གདུགས་དཀར་པོ།

མཁའ་དང་སྤྱི་དཔེ་མཐའ་ནམ་དུ་འང་འཛིན་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན། དགོན་མཆོན་བཀྲ་ཤིས་བྱེ་བའི་འབྲུང་གནས་འདི་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་རྒྱུད་པ་མ་ལུས་པ་ལས་དཔུགས་འབྱིན་པ་ཡིན་ཏེ་མདོ་རྒྱལ་མཆོན་དམ་པ་ནས་འཛིན་པ་འཕམ་བཤུ་ཆ་བའམ་སྤྱི་ཐེངས་བྱེད་པར་གྱུར་ན་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་དྲན་པར་གྱིས་ཤིག གལ་ཏེ་མི་དྲན་ན་ཆོས་རྗེས་སུ་དྲན་པར་གྱིས་ཤིག གལ་ཏེ་མི་དྲན་ན་དགོན་འདུན་རྗེས་སུ་དྲན་པར་གྱིས་ཤིག དེས་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་རོ། །ལྷ་མིན་གྱི་གཡུལ་ཏེ་བར་གནས་པར་གྱུར་པ་ན། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ལྷ་རྣམས་ལ་སྤྲོས་པ། བྱེད་ཅག་གཡུལ་དུ་འཛིན་པ་འཕམ་བཤུ་ཆ་བའམ་སྤྱི་ཐེངས་བྱེད་པར་གྱིས་ཤིག དེ་མི་དྲན་ན་ལྷ་འེ་བུ་དབང་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་དྲན་པར་གྱིས་ཤིག གལ་ཏེ་མི་དྲན་ན་ལྷ་འེ་བུ་རྒྱུད་ལྷ་འེ་བུ་རྒྱལ་མཆོན་མཆོག་དྲན་པར་བཤུས་ན་དེས་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟོན་པ་དེ་བཞིན་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་དྲན་པར་བྱ་བར་གསུངས་པ་དང་། དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པ་ཐོབ་སྟེང་འཕང་བའི་མདོ་ལས། གནས་འཛིན་གྱི་རྒྱུད་དག་འོག་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལ་དགོན་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་ནི་འཁོར་བར་ཟད་པར་མི་འགྱུར། ཡོངས་སུ་གཏུགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ལྷ་དྲན་ལས་འདས་པ་མི་ཟད་པ་འང་འཐོབ་པར་བྱེད་པའོ། །ཆོས་ལ་དགོན་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། དགོན་འདུན་ལ་དགོན་རྩ་བུ་དཔེ་འཁོར་བར་ཟད་པར་མི་འགྱུར། ཡོངས་སུ་གཏུགས་པར་མི་འགྱུར་

ཞིང་། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མི་ཟད་པ་འང་འཐོབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་དང་།  
 དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་ཆུ་ཞིང་དུ་དཔག་ཆོད་བརྟན་སྟོང་པ། ལུས་འཕགས་པོ་  
 ཆུ་ཞིང་བརྒྱད་སྟོང་། ལུབ་གླིང་དགུ་སྟོང་། བྱང་གླིང་དཔག་ཆོད་ཁྲི་ཡོད་པ་  
 གོམ་པས་གཞལ་རྩས་གྱི། མཆོག་གསུམ་ལ་དགོ་ཅུ་བསྐྱེད་པ་གཞལ་མི་རྩས་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་རི་རབ་ཁོར་ཡུག་དང་བཅས་པ་སྤང་ལ་གཞལ་བ་དང་།  
 རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་བུམ་པས་གཞལ་རྩས་ཀྱང་མཆོག་གསུམ་ལ་དགོ་ཅུ་བསྐྱེད་  
 པ་གཞལ་མི་རྩས་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་དག་ནི་རེ་ཞིག་མཆོན་པའི་སྒྲོ་ཙམ་སྟེ།  
 དོན་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ནམ་མཁའི་གཏོས་ལས་ཀྱང་གིན་  
 ཏུ་ཡངས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་མཆོག་དང་སྤྱན་མེད་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་མོས་པ་  
 རོགས་གྱི་ཕན་ཡོན་ཡང་དེ་ཙམ་དུ་ཆོད་གཟུང་དུ་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱབས་  
 ཡང་དག་ཐམས་ཅད་མཆོག་གསུམ་པོ་འདི་ལ་མ་འདུས་པ་མེད་པས། སྟོ་ལྟན་  
 རྣམས་ཀྱིས་འདི་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱན་ནས་གཏན་གྱི་སྐྱབས་ཡང་དག་ཏུ་  
 ཁས་སྤངས་ན་དུས་དེ་ཙམ་ནས་སྤིད་པ་མཐར་བྱེད་པའི་མགོ་བརྩམ་ཞིང་གཏན་  
 ཏུ་བདེ་བའི་མགོ་ཚུགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དགོངས་  
 པ་རོ་མཉམ་ཡང་། ཐུགས་བསྐྱེད་དང་སྟོན་ལམ་གྱི་རོལ་བ་ཆོད་མེད་པས་  
 དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པ་རེ་རེའི་བ་སྐྱའི་བྲག་གཅིག་  
 དང་། སྐྱའི་འོད་ཟེར་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ནམ་  
 མཁའ་སྤིད་དུ་བརྗོད་ཀྱང་མི་འཛད་པ་མངའ་བ་དེ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཅེར་ཡིད་



ལ་བྱས་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་ལུང་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པ་ཞིག་ཐོས་གྲོག་གི་  
 ཕན་ཡོན་ཆད་མེད་པ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་བཞིན་སྟོགས་དུས་ཀྱི་དམ་པའི་  
 ཆོས་མཐའ་དག་ལམ་ཡང་དག་ཏུ་མཐོང་ནས་ཡིད་ལ་བྱས་པ་དང་། སྟོགས་  
 བརྩ་དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་འདུན་འཕགས་པ་ཆད་མེད་པ་བཞུགས་པ་ལས།  
 དེ་གཅིག་གི་བྱམས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་ལས་བརྒྱན་པའི་དགོ་ཅ་  
 ཡང་ཆད་མེད་ན། ཐམས་ཅད་མོས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལ་ཕན་ཡོན་ཆད་  
 མེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོན་ཏེ། གནས་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་མདོ་འདི་ལན་གཅིག་  
 འདོན་པ་ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལས་བརྩམས་པའི་དགོ་ཅ་ཇི་སྟེད་ཅིག་  
 བཀའ་སྤྲུལ་པ་མ་ལུས་པའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ན། འཆད་པ་སོགས་ལ་ཕན་  
 ཡོན་ཆད་མེད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོན། མདོ་འདི་ལན་གཅིག་ལེགས་པར་མཉན་པ་དེ་  
 ཅམ་གྱིས་ཀྱང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དཔལ་  
 ལྷན་བཀྲ་ཤིས་བྱེ་བའི་འབྱུང་གནས་མཆོག་ །རིན་ཆེན་གསུམ་གྱི་སྟན་པའི་  
 བ་དན་གང་། །ལེགས་བཤད་དྲི་ཡི་བཞོན་པས་ཉེར་བསྟོད་ཆོ། །བཀྲ་ཤིས་  
 འཛད་པ་མེད་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ཀྱིས། །འཛིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་ཁྱད་པ་མཐར་བྱེད་  
 ཅིང་། །ཡུན་ཆོག་ས་དཔལ་ལ་རྟག་ཏུ་རོལ་བ་ཡི། །རྟེན་འབྱུང་ལེགས་ལམ་  
 སྤང་བའི་སྟོ་འཕར་ཉིད། །བཀྲ་ཤིས་ཆོས་ཀྱི་མཛོད་ལྷན་དེ་ཡིས་བྱེས། །ལྷག་  
 བསམ་རྒྱ་བ་གསར་པའི་ལང་ཆོན། །སྟོ་མཆོག་ནམ་མཁའི་ཁམས་ལ་རྟག་  
 གནས་ཤིང་། །ཕན་བདེའི་འོད་ཟེར་དཀར་པོས་འཛིག་རྟེན་ཁོན། །ཀུན་ཏུ་

ཀུན་མཁུན་མི་ཡམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

དགའ་བའི་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་སྐྱར་ཅིག། བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ཅེར་གྲགས་པའི་གནས་  
ཀྱི་ཆར། བཀྲ་ཤིས་ལུན་ཆོགས་སྟོན་འཁོར་འདུས་པའི་སྐྱབས། བཀྲ་ཤིས་  
དག་མཆོན་དུ་མའི་སྐྱེད་དབང་གིས། བཀྲ་ཤིས་མི་རྒྱལ་གཏམ་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་  
བསྐྱེདས། ལེགས་བྱས་འདི་ཡིས་དཔལ་ལྷན་སྤྲེལ་མཆོག། ཡུན་རིང་ཞབས་  
བརྟན་དག་འདུན་སྡེ་འཕེལ་ཞིང་། མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་སྐྱེ་རྒྱུའི་ཡན་ལཱ་དེའི་  
དཔལ། ཁམ་ཡང་མི་ཉམས་དྲག་ཏུ་འཕེལ་སྐྱར་ཅིག། ཅེས་པའང་མཁས་བརྟན་  
བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་དུ་སྐྱེད་པ་སྤྲེལ་དམ་པ་བཀྲ་ཤིས་ནས་ནན་ཏན་བསྐྱེལ་བའི་གསུང་སྤྱི་པོར་སྤངས་  
ཏེ། འཕྱར་འབྱུགས་ཉེས་པའི་རེག་བྱ་ལུས་ལ་རྒྱ་ལྷ་རྩེ་ཁོལ་ནའང་། མཆོག་གསུམ་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་བ་ཡིད་  
ལ་བྱས་ཏེ་ཆོག་གི་སྤེལ་སྐྱོར་ལྷ་རྩེ་མ་སྤངས་པར་དོན་གྱི་འགངས་ལེགས་པར་གཅོད་པའི་འབྲེལ་བཤད་དུ་  
མི་ཡམ་རྒྱལ་བར་རྒྱལ་བས་ཐོག་ཏེ་པའི་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱུད་བ་དང་དགྲ་བ་གཉིས་ལ་ཐོགས་  
བར་བཀྲིས་པ་འདིས་སྐྱེ་རྒྱུའི་ཆོས་མཐུན་གྱི་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་སྐྱར་ཅིག། རྟོན་པ་  
བདེ་གཤེགས་སྐྱོད་གྱི་བྱགས་བསྐྱེད་དང་། མཛད་པ་སྟོན་ལམ་མཁུན་བཅེ་རུས་པའི་རྒྱལ། ལྷ་མེད་ཡེ་  
ཤེས་སྤྱེ་འབྱུལ་ཇི་འདྲ་བ། དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་འབྲེལ་ཐོགས་འགྱུར་བར་ཤོག། ॥

༡༡། ངེས་ཤེས་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲོན་མེ་  
བཞུགས་སོ། །

གང་ཡིད་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བའི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལ། །འབྲེད་བྲེད་འཇམ་དཔལ་རྩོ་  
རྩའི་མར་མེ་ནི། །སྤྲིང་ལ་ངེས་ཤེས་ཟབ་མོའི་ཚུལ་འཇུག་ལ། །ལམ་བཟང་  
མཐོང་བའི་མིག་དེར་བདག་གུང་དད། །ཀྱེ་མ་ཟབ་མོའི་གནས་ལུགས་ལ། །  
སྦྱར་བྲེད་ངེས་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ། །ཁྱོད་མེད་པས་ན་སྤྲིང་བ་འདི། །སྦྱ་མའི་རྒྱར་  
ནི་འཇུགས་ཤིང་མོངས། །གཞི་ལམ་འབྲས་སུའི་ཚོས་རྣམས་ལ། །ངེས་པས་  
ཡིད་ཆེས་འདྲོང་བ་དང་། །ཐོས་པས་དད་པར་བྲེད་པ་གཉིས། །ལམ་དང་དེ་  
ཡི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །མྱོད་བྱུང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་བའི་གྲགས་པ་ནི། །ལེགས་  
བཤད་གསུང་གི་འོད་དང་ཆབ་ཅིག་པར། །ཐུབ་བརྟན་ལྷ་ལམ་ཡངས་པོར་  
ཤར་བ་ཡིས། །ཐེ་ཚོམ་སྤྱན་པ་ཐིབ་པོ་རྣམ་པར་འཛོམས། །ཐ་སྙད་དཔྱོད་  
པའི་ཚད་མ་ཡིས། །སྤང་དོར་འཇུག་ལྷོག་མི་ནོར་ཞིང་། །བྱུང་པར་བརྟན་  
དང་སྟོན་པ་ལ། །ཡིད་ཆེས་རྟེན་པའི་སྒྲོག་ཅིག་སུ། །ཚད་མའི་གཞུང་དང་གནས་  
ལུགས་དོན། །གཏན་འཁེབས་དོན་དམ་རིག་ཤེས་ཀྱི། །ཚད་མ་དྲི་མེད་གསལ་  
བྲེད་པ། །ཐིག་མཚོག་དབུ་མ་རྣམ་པ་གཉིས། །ལེགས་པར་སྦྱངས་པའི་སྒྲོ་  
མིག་རྒྱུང་། །བགྲང་དེ་སྟོན་པས་བརྟན་པའི་ལམ། །དེར་ནི་གཞན་དྲིང་མི་  
འཛོག་པར། །ཡང་དག་ཞུགས་པ་དེ་ལ་བསྟུགས། །དེ་ལྟར་སེམས་པའི་དྲང་  
སྟོང་ལ། །ཐོལ་བྱུང་སྟོམ་སུ་བ་ཞིག་གིས། །དྲིག་གའི་བརྒྱལ་བརྟག་བྱ་བའི་

ཕྱིར། ཁྱིའི་བ་བརྟན་པོ་འདི་ལྟར་བྱིས། གཤམ་གྱི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་ལ་མཁམས་པས་  
 ཅི། ཁྱི་མི་རྣམ་པར་དཔྱོད་པ་བཟ་ཐོབ་ལ། ཁྱིས་བའི་ལན་འདི་ཉི་པར་  
 ལྟོན་མཛོད་དང་། ཁྱི་མི་རྣམ་དཔྱོད་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་གསལ། མང་ཐོས་  
 ལྷ་ཞགས་རིང་དུ་བརྒྱུད་ན་ཡང་། ཁྱོན་པའི་ཚུ་ལྟར་ཟབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཚུ། མ་  
 མཐོང་ད་རུང་མཁམས་པའི་གྲགས་པ་ལ། ཁེ་བ་རིགས་ངན་བརྟན་མོར་ཆགས་  
 དང་འདྲ། ལྟ་བ་དགག་གཉིས་གང་ལྟར་སྒྲུ། ཉན་རང་བདག་མེད་གཉིས་  
 རྟོགས་སམ། མཉམ་བཞག་འཛིན་སྒྲུངས་ཡོད་དམ་མེད། དབྱུད་ནས་བསྒྲོམ་  
 མམ་བཞག་ནས་བསྒྲོམ། བདེན་པ་གཉིས་ལས་གང་ཞིག་གཙོ། མི་གཅིག་  
 མཐུན་སྒྲུང་བལྟ་བུ་གང་། དབུ་མར་ཁས་ལེན་ཡོད་དམ་མེད། དེ་སྒྲུང་སྒྲོང་  
 ཉིད་ལས་བརྒྱམས་པའི། ཟབ་མོའི་དྲི་བ་འདུན་པོ་འདིར། ལུང་དང་འགལ་  
 བམེད་བཞིན་དུ། རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ལན་ཐོངས་ཤིག་ རྟོག་གའི་ཆོག་སྒྲེང་  
 ཆོར་མའི་མདུང་། འབུམ་གྱིས་བསྐྱུན་ཡང་མི་ཐིག་པ། ཆེན་མས་སྒྲོངས་པའི་  
 དཀའ་གནད་ལ། སྒྲུབ་པའི་ལྷགས་རིང་སྒྲོག་བཞིན་རྒྱུངས། དེ་ལྟར་སྒྲོ་གོས་  
 གྱིས་བསྐྱུལ་ངག་གི་རྒྱུང་། རྒྱུང་དུར་གཡོས་པ་དེས་ཀྱང་དྲང་སྒྲོང་སྒྲིང་། རྒྱུས་  
 མཐའི་རྒྱུང་གིས་རི་བཞིན་བསྐྱུལ་གྱུར་ནས། མི་སྒྲུའི་བརྟུལ་ཞུགས་དར་  
 གཅིག་བཟུང་བའི་མཐར། གྱེ་མ་བརྒྱ་ཕྱག་དཀའ་བའི་ཁུར་བསྐྱེན་ཅིང་། ཡང་དང་ཡང་དབྱུད་སྒྲོ་གོས་རྣོབ་པོའི་མེ། བརྒྱད་མར་ཆེས་ཆེར་སྒྲར་བ་དེས་  
 ཀྱང་འདི། སྒྲོན་བལ་ཁམས་སུ་བསྐྱུབ་པར་མི་ལུས་ན། ལྟན་སྐྱེས་སྐྱོབས་པའི་

སྒྲོ་རྒྱས་ཞན་གྱུར་ཅིང་། །ཡུན་རིང་སྤྱདས་པའི་ཡུར་གྱུར་མ་བཟུང་བ། །དམན་  
 བ་བདག་གིས་སྒྲུ་བ་ག་ལ་ཞེས། །འཇམ་པའི་དབྱུངས་ལ་གདུང་བའི་ཤུགས་  
 གྱིས་བོས། །དེ་ཆེ་དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ཡིན་སྒྲུམ་པའི། །ཡིད་ལ་ཐོ་རངས་དུས་གྱི་  
 སྤྱང་བ་ལྟར། །སྒྲོ་བས་པའི་གོ་སྒྲུབས་རྩུང་ཟད་ཐོབ་པའི་མོད། །ལེགས་གསུང་  
 དོན་བཞིན་རིགས་པས་དབྱུད་དེ་སྒྲུས། ། །དགེ་ལྡན་ལྟ་བུ་མེད་དགག་ཟེར། །  
 གཞན་རྣམས་མ་ཡིན་དགག་ཏུ་སྒྲུ། །སྤྱི་ཡུལ་རང་ལུགས་གང་ཞེན། །ཟུང་  
 འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་ངོར། །མེད་ཅེས་དགག་བྱ་བ་གསུ་བྱུལ་གྱི། །མེད་  
 རྒྱུང་དང་ནི་མ་ཡིན་ཞེས། །བཀག་བྱུལ་ཆོས་གཞན་ཅི་ཞིག་འཕེན། །དེ་གཉིས་  
 སྒྲོ་ཡིས་བརྟགས་པ་ཅམ། །དོན་ལ་གཉིས་ཀར་ཁས་མི་ལེན། །དགག་སྒྲུབ་  
 གཉིས་དང་བྲལ་བ་ཡི། །སྒྲོ་འདས་གདོད་མའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །སྒྲོང་ཚུལ་  
 ཁོ་ནར་བསམས་ནས་ནི། །དྲི་བ་མེད་དགག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །འཕགས་ཡུལ་  
 དཔལ་ལྡན་ཟླ་བ་དང་། །པོད་ན་རོང་ཆོས་བཟང་གཉིས། །དགོངས་པ་  
 གཅིག་དང་དབྱུངས་གཅིག་གིས། །ཀ་དག་སྒྲོང་བ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབས། །ཆོས་  
 འདི་ཀ་ནས་དག་པའམ། །གདོད་ནས་རང་བཞིན་མེད་པའི་བྱིར། །བདེན་པ་  
 གཉིས་ཆར་མ་སྒྲེས་པས། །མེད་ཅེས་བརྗོད་ལ་ཅི་ཞིག་ཆོམ། །ཀ་བ་ཀ་ནས་  
 དག་པ་ཡི། །བྱུལ་ན་མི་སྒྲོང་རྩུང་ཟད་མེད། །ཀ་བ་མེད་ཅེས་མ་བཀག་ན། །  
 ཀ་བ་མིན་ཞེས་ཅི་ཞིག་ཡིན། །ཀ་བ་ཁེག་པའི་སྒྲོང་བ་དང་། །བྱུལ་ན་ལུས་  
 པའི་སྤྱང་བ་གཉིས། །སྒྲོང་དང་མ་སྒྲོང་རྩུང་འཇུག་ཏུ། །མི་རུང་སྤང་བྱ་སྒྲིམ་

བ་བཞིན། །ཀ་བ་ཀ་བས་མི་སྟོང་དང་། །ཆོས་ཉིད་ཀ་བས་སྟོང་ངོ་ཞེས། །  
 སྟོང་གཞི་བཞག་ནས་གཞན་སྟོང་པ། །ཆོག་དང་དོན་གྱི་གཞན་སྟོང་གཉིས། །  
 ཨེ་མ་དེས་དེ་མ་སྟོངས་ན། །སྟོང་གཞི་མི་སྟོང་ལྷག་མར་ལུས། །གཟུགས་ནི་  
 གཟུགས་ཀྱིས་སྟོང་ངོ་ཞེས། །ལུང་དོན་རིགས་པར་བཅས་ལས་འགལ། །ཀ་  
 བ་ཀ་བའི་བདེན་གྲུབ་གཉིས། །གཅིག་ན་གཅིག་ཁེག་གཅིག་ཀྱང་ཁེག །  
 གཞན་ན་ཀ་བ་མ་ཡིན་པའི། །བདེན་གྲུབ་ཁེག་ཀྱང་ཀ་བ་ནི། །གང་གིས་མི་  
 སྟོང་དབྱེད་བཟོད་འཇུག། །བདེན་གྲུབ་ཡོད་མ་སྟོང་བའི་ཕྱིར། །གཅིག་དང་  
 ཐ་དད་མི་དགོས་ན། །བདེན་གྲུབ་མེད་ཀྱང་སྒྲིའི་ངོར། །ལུས་པ་བདེན་  
 པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར། །མི་སྟོང་ལུས་པའི་ཕ་རོལ་ན། །བདེན་པར་གྲུབ་རྒྱ་ལྷ་  
 ཞིག་ཡིན། །དགག་བྱའི་སྒྲུབ་ཚུལ་ངེས་སོ་ལོ། །བདེན་གྲུབ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་གང་། །དགག་བྱར་སྒྱུར་ནས་སྟོན་པ་ནི། །རང་རྒྱུད་གཞུང་ལ་གྲགས་  
 མོད་ཀྱང་། །དོན་དམ་དཔྱོད་པའི་དབང་དུ་ན། །དེ་སྒྱུར་བ་ལ་དགོས་པ་ཅི། །  
 སྟོང་ན་ཀུན་རྫོང་ཅམ་དུ་ཡང་། །ཀ་བ་མེད་པ་ལྟར་སེམས་ནས། །ཆོག་འཁྲིའི་  
 དོགས་པས་འདི་བྱས་ཀྱང་། །ཆོག་འཁྲིའི་འགལ་བ་འདི་ལ་ཆེ། །ཀུན་རྫོང་  
 ཅམ་དུ་ཀ་བ་ནི། །ཡོད་ཅེས་བྱས་པས་མི་ཆོག་པར། །དེས་དེ་མི་སྟོང་ཅི་ལ་  
 ཟེར། །དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཡིན་ཟེར་ན། །མ་ཡིན་ཀ་བ་ཡོད་ཅེས་དང་། །  
 ཀ་བར་ཀ་བ་ཡོད་ཅེས་པ། །མི་མཚུངས་ཕྱི་མ་རྟེན་བརྟེན་པར། །དོན་གྱི་ཁས་  
 གྲུངས་སོང་བ་བཞིན། །དོན་དམ་ཀ་བ་མི་དམིགས་ན། །ཀ་བ་ཀ་བས་མི་སྟོང་

ཅི། །ཀྱམ་ཐོབ་ཀ་བ་ཀ་བས་ཞེས། །ལན་གཉིས་བརྗོད་པ་བདེ་ལ་མོངས། །  
 རང་ནི་རང་གིས་མི་སྟོང་ན། ། རང་ཡོད་བཞིན་དུ་གཞན་གྱིས་སྟོང་། །དགག་  
 བྱ་གཞན་དུ་མེད་གྱུར་ན། །རང་གིས་མི་སྟོང་ལས་ལེན་འགལ། །སྒྱིར་ན་གཞན་  
 གྱིས་སྟོང་པ་དེས། །སྟོང་གོ་ངེས་པར་མི་ཆོད་དེ། །རྟ་ལ་བ་ལང་མ་གྲུབ་ཀྱང་། །  
 རྟ་དེ་སྟོང་བར་ག་ལ་དེས། །རྟ་མཐོང་དེ་ཡིས་བ་ལང་ལ། །ཅི་ཞིག་ཡན་ཏེ་ཅི་  
 ཞིག་གཞོད། །དེ་བྱིར་མི་སྟོང་བྱང་འདས་དང་། །འཁོར་བ་འང་ཆོས་དང་ཆོས་  
 ཉིད་དུ། །མི་རུང་སྒྲུང་སྟོང་བྱང་འཇུག་དང་། །སྤྱིང་ཞི་མཉམ་ཉིད་འདི་ལ་མེད། །  
 རྩ་ལྷ་ལྷ་བ་མིན་ནོ་ཞེས། །གནམ་ལྷས་སྟོང་དང་རྩ་ལྷ་རང་། །སྒྲུང་དེ་བྱང་འཇུག་  
 ཡིན་ན་གོ། །བྱང་འཇུག་རྟོགས་པ་སྒྲུས་ཀྱང་སྒྲ། །བ་ལང་རྟ་མིན་ཀྱུན་གྱིས་  
 ཤེས། །བ་ལང་སྒྲུང་བར་མངོན་སྒྲུམ་མཐོང་། །དེ་རྟོགས་ངོ་མཆར་ཆེའོ་ཞེས། །  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཇི་སྟེ་གསུངས། །དེས་ན་རང་གི་ལྷགས་ལ་ནི། །རྩ་ལྷ་  
 བརྟག་ན་རྩ་ལྷ་ཉིད། །བྱང་བྱང་མི་རྟོད་མེད་བཞིན་དུ། །རྩ་ལྷ་སྒྲུང་བར་  
 མངོན་སྒྲུམ་ཆོ། །མེད་དགག་ཡིན་ཡང་སྒྲུང་བྱང་བ། །སྟོང་དང་ཡོད་པ་སོ་སྟེའི་  
 གྲོར། །འགལ་ཡང་འདིར་ནི་མངོན་སྒྲུམ་དུ། །བྱང་འཇུག་འདི་ལ་མྱད་བྱང་  
 ཞེས། །ངོ་མཆར་ཆོག་གིས་མཁས་རྣམས་བསྐྱུགས། །སྟོང་པའི་ངོས་ནས་གཞུལ་  
 བན། །མི་སྟོང་བྱང་བྱང་ཡོད་མིན་བྱིར། །མེད་ཅེས་མཐའ་གཅིག་སྒྲུར་བརྟུབ་  
 ཀྱང་། །མེད་དེའི་མེད་ཚུགས་མ་གོར་བཞིན། །སྒྲུང་བ་འགག་མེད་ཉིད་དུ་  
 ཤར། །སྒྲུང་དེའི་སྒྲུང་ཚུགས་མ་གོར་བཞིན། །གཞི་མེད་སྟོང་པ་ཆེན་པོར་

གནས། ཏེ་ལ་འདི་སྟོང་འདིས་སྟོང་དང་། འདི་སྟོང་འདི་སྟོང་དབྱེ་བ་ཞིག །  
 བཅའ་ཡང་སྟོང་བ་མེད་བ་ལ། ཁོ་ཐག་ནང་ནས་ཚོད་བའི་ཚེ། ཏོན་ཚེ་ལ་མཁན་  
 བོ་དོན་མེད་པས། ཡིད་ཆད་སྒྲེ་བ་མེད་ཀྱི་རྟིང་། ཡིད་བདེ་ཐོབ་པ་ངོ་མཚར་  
 ཚེ། ་ ་ ་ འགའ་ཞིག་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 མཆོག་ས་ཟེར། ལུང་བོར་ང་ཙམ་འཛིན་པའི་བདག ། མ་ཞིག་དེ་སྤྱིད་དེའི་  
 ལུས་པའི། ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་མེད་པ་དང་། བདག་དེའང་ལུང་བོ་ལ་བརྟེན་  
 བས། བརྟགས་ཙམ་ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲེས་ཀྱི། ཡུལ་ཡིན་དེ་དང་ལུས་སྟོགས་  
 ལ། སྟོང་གཞིའི་དབྱེ་བ་མ་གཏོགས་པ། སྟོང་ཚུལ་ཁྱད་པར་འགའ་མེད་  
 དེ། ཚོས་དང་གང་ཟག་སོ་སོར་ཡང་། རང་བཞིན་གྲུབ་པས་སྟོང་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་ལུང་དང་རིགས་པས་ཀྱང་། མཛོན་སྒྲུབ་གྲུབ་ལས་བཞུལ་ནས་སྟུ།  
 ཉན་རང་ཚོས་བདག་མཆོག་ས་ཞེས། སྒྲུབ་དམ་བཅའ་ཙམ་དུ་ཟད། ཏེ་ལ་  
 ཁ་ཅིག་ཐལ་ཆེས་ནས། ཐེག་གསུམ་མཐོང་ལམ་གཅིག་པ་དང་། རྟོགས་  
 པ་མཐོང་མན་མེད་པར་འདོད། ཤེར་ཕྱིན་སྒྲགས་སྟོགས་མདོ་རྒྱད་གཞུང་། །  
 ཀུན་གྱང་དྲང་བའི་དོན་དུ་འགྲེལ། ཏེ་ལ་དམན་ལམ་སྟོན་སྟངས་པའི། ཐེག་  
 ཚོན་མཐོང་ལམ་ཐོབ་སྟོགས་ཚེ། སྤང་བྱ་ཅུང་ཟད་མེད་སྟོགས་སྟོན། རིགས་  
 པས་གཞོད་པ་རྒྱུག་མེད་འབབ། གཞན་ཡང་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་གྲུང་གྱང་། །  
 སྤང་བྱ་སྤྱོད་བར་གྲོགས་དགོས་ཟེར། མཆོག་ས་རྟོགས་པར་ལས་སྤང་འགལ། །  
 རྟོགས་ན་སྤང་བྱ་མི་སྤྱོད་འགལ། ཉི་མ་གར་ཡང་ཐུན་པའི་དཔུང་། འཛོམས་



བ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མཆར། །ཁ་ཅིག་ཉན་རང་རང་རྒྱུད་གྱི། །སྤང་པོ་ལྷ་པོ་  
 སྤྲོད་རྟོགས་ཀྱང་། །ཆོས་གཞན་བདག་མེད་མི་རྟོགས་ཟེར། །སྤང་པོ་ལྷ་པོ་  
 སྤྲོད་རྟོགས་ན། །འདུས་མ་བྱས་ཙམ་མ་གཏོགས་པའི། །མ་རྟོགས་དངོས་གཞན་  
 ཅི་ཞིག་ཡོད། །དེས་ན་རང་ལུགས་གང་ཡིན་ན། །དབལ་ལྷན་ལྷ་པོའི་རང་  
 འགྲེལ་ལས། །ཉོན་མོངས་སྤང་བྱིར་ཉན་རང་ལ། །རྒྱལ་བས་གང་ཟག་བདག་  
 མེད་དང་། །ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་བྱིར་རྒྱལ་སྒྲས་ལ། །ཆོས་བདག་མེད་པ་རྟོགས་  
 བར་བསྟན། །འོན་ཉན་རང་གཉིས་པོ་ལ། །སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས། །  
 སྒྲས་པ་རི་ལྷ་ར་ཡིན་ཞེ་ན། །ཉན་རང་དེ་དག་ཀྱང་ཉོན་ཙམ། །སྤང་བྱིར་གང་  
 ཟག་མེད་སྒྲོམ་གྱི། །ཆོས་གྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་ནི། །སྒྲོམ་པ་མེད་ཅེས་  
 གསུངས་པ་བཞིན། །སྤྲོད་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཞལ་སྒྲ་ནས། །སྤྲོད་གྱི་སྤྲོབ་དཔོན་  
 ཐམས་ཅད་ནི། །ཡོད་དང་མེད་ཅེས་རྩོད་ན་ཡང་། །རང་བཞེད་སྤོང་གྱི་ཉན་  
 རང་ལ། །ཅི་རིགས་སྤྲོད་ཡང་དག་བཅོམ་པ། །འཕྲོབ་ལ་སྤང་པོར་འཛིན་པའི་  
 བདག་ །སྤྲོད་པར་མ་རྟོགས་ཐར་མིན་པས། །དེ་ཙམ་རྟོགས་པ་ཡོད་ན་ཡང་། །  
 བདག་མེད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པ་མེད། །ཡུངས་འབྱུ་མིན་གྱིས་ཟེས་པ་ཡི། །  
 བདག་མེད་ལའང་བཞིན་ཉན་རང་གི། །བདག་མེད་རྒྱུད་དུར་གསུང་པ་སྟེ། །དེ་བྱིར་  
 དམན་ལ་དགག་པའི་སྒྲས། །ཆོས་བདག་མ་རྟོགས་ཞེས་བཞེད་གསུངས། །འདི་  
 བེ་སྤྱལ་བྱུང་ལེགས་བཤད་དེ། །འདི་དང་མཚུངས་པ་གཞན་མ་མཆིས། །དཔེར་  
 བ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་རྒྱ། །རྒྱལ་གང་བརྒྱུད་ཡང་རྒྱ་མཚོ་དེ། །མ་བརྒྱུད་ཞེས་སྟེ།

མི་རུང་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ང་ཙམ་པོ། །བདག་མེད་མཐོང་ཕྱིར་སྤྲོད་མཐོང་  
འདོད། །རྟུག་གཅིག་འབྲུང་བས་རྒྱ་མཚོའི་ཆུ། རྫོགས་པར་ཁོང་དུ་མ་སོང་  
ལྟར། །མཐའ་དག་ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཀྱང། སྤྲོད་པར་རྟོགས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། །བདག་མེད་རྫོགས་པར་མ་མཐོང་འདོད། །གལ་ཏེ་ཆོས་གཅིག་སྤྲོད་  
མཐོང་ན། །ཐམས་ཅད་མི་མཐོང་ཅི་ཞེན། །དེ་གས་ལུང་རིགས་མན་ངག་  
གིས། །བརྟག་ན་དེ་ལྟར་མཐོང་མོད་ཀྱི། །རེ་ཞིག་ཉན་ཐོས་རིགས་ཅན་  
རྣམས། །གང་ཟག་མེད་ཙམ་ཁོན་ལ། །ཞེན་པས་མཐའ་གཞན་རྟོགས་དགའ་  
སྟེ། །བྱམ་པ་བརྟགས་པར་འདོད་རྣམས་ཀྱང། །རྩལ་ཐུན་རྫས་སུ་འདོད་  
པ་བཞིན། །གལ་ཏེ་བྱམ་པ་བརྟགས་པར་ནི། །རྟོགས་པའི་སྒོ་དེས་རྩལ་ལ་  
ཡང། །དབྱུང་ན་རྟོགས་པར་རིགས་མོད་ཀྱི། །རེ་ཞིག་མ་རྟོགས་དེ་བཞིན་  
ནོ། །རགས་པའི་གཞི་དང་ཆ་མེད་རྩལ། །འགལ་བར་སྒྲུང་ཡང་དེ་དག་ལ། །  
རེ་ཞིག་ལུང་དང་མན་ངག་གིས། །དཔེན་ཕྱིར་མི་འགལ་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ། །  
དེ་བཞིན་སེམས་ཙམ་དག་གིས་ཀྱང། །གཟུང་བ་མེད་ན་འཛིན་པ་ཡང། །ཅི་  
ཕྱིར་མི་རྟོགས་རང་རྒྱུད་པས། །དོན་དམ་བདེན་མེད་རིག་པ་དེས། །ཐ་སྙད་  
དུ་ཡང་རང་མཚན་གྱིས། །སྒྲུབ་པ་མེད་པར་ཅིས་མ་རྟོགས། །དེས་ན་ཐམས་  
ཅད་ཐལ་འགྱུར་བ། །འབའ་ཞིག་ཉིད་དུ་ཁྱོད་ལ་ཐལ། །ཉན་རང་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོ་ལ། །སྒྱུར་ཞིང་སྒྲོད་པའང་གལ་སྡིད། །དེས་ན་གཅིག་གི་རང་བཞིན་  
ཉིད། །ཀུན་ལ་མ་ཉམ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང། །སྤྱི་དང་ནང་གི་རྒྱུན་གྱི་ཆོགས། །

མ་ཆངས་དེ་སྤྱིད་རྟོགས་པ་ལུ། སྤྱིར་ན་དབང་ཕྱོག་རང་སྟོབས་ཀྱིས། རྟོགས་  
 པ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིས། །རང་གི་དེ་མ་ཐག་རྒྱ་ཡང་། །ངེས་པར་རྟོགས་པའི་  
 ཟུབ་པ་མེད། །ནམ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་རྟོགས་ངེས་ཏེ། །བསྐྱལ་པ་སྟོང་ཕྱག་བརྩ་  
 ཡི་མཐར། །འགོག་པའི་དབྱིངས་ལས་དག་བཅོམ་པ། །ལྷང་སྟེ་ཐེག་ཆེན་  
 འཇུག་པར་གསུངས། །ཚུལ་བཞིན་ཐེག་ཆེན་ཞུགས་པས་ཀྱང་། །གྲངས་མེད་  
 བསྐྱལ་པར་གོམས་དགོས་ན། །ཉན་ཐོས་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་བས། །བསྐྱལ་  
 པ་སྟོང་ཕྱག་དེ་ཅམ་ལ། །བདག་མེད་མཐའ་དག་མ་རྟོགས་པའི། །གནས་  
 སྐབས་མི་སྤྱིད་ཅི་ལ་འགྱུར། །ས་ཐོབ་རྣམས་ལ་འང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས། །རིམ་པས་  
 རིམ་གསལ་རྟོགས་མིན་ནམ། །ཆོགས་བསམ་གྲོགས་དང་རིགས་པའི་སྟོ། །  
 མཐའ་ཡས་ཚུལ་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི། །སྟོད་པ་ཡོངས་བསྟོའི་རྒྱུ་ཆང་ན། །  
 ངེས་པར་རྟོགས་པར་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །ཐབས་ལ་མ་ཐས་པའི་རྒྱུ་ཆང་བས། །  
 སྤྲུགས་ཀྱིས་ལྷུང་དུ་རྟོགས་པ་བཞིན། །རྟོག་བདག་སྤངས་ཀྱང་ལྟན་སྟེས་ཀྱི། །  
 ངར་འཛིན་སྤང་པོར་བརྟེན་ནས་འཇུག། །དེ་ཕྱིར་སྤང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །  
 དེ་སྤྱིད་ངར་འཛིན་ཡོད་གསུངས་དོན། །གདགས་གཞི་སྤང་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཅིང་། །  
 དེར་འཛིན་སེམས་པ་ཡོད་རིམ་སྤྱིད། །བདག་རྒྱ་གདགས་པའི་རྒྱ་ཆང་བས། །  
 འབྲས་བུ་བདག་འཛིན་མི་ལྟོག་གསུངས། །གང་ཕྱིར་རྟོག་བདག་སྤངས་ཀྱང་ནི། །  
 གདགས་གཞིར་བརྟེན་ནས་བདགས་པའི་བདག། །ལྟན་སྟེས་ཞེན་ཡུལ་མ་བཀག་  
 ཕྱིར། །ངར་འཛིན་སྟེ་ལ་གཤམ་མེད་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་སྤང་བ་ལ། །

ལུང་སོགས་སྟོང་པར་རྟོགས་དགོས་ཞེས། །འཆད་པ་ལུང་འདིའི་དོན་མིན་ཏེ། །  
 འདི་དོན་འདི་བཞིན་སྒྲ་བས་བཀྲལ། །བཏགས་པའི་ང་ཙམ་གཤེས་གྱུར་ན། །  
 ངར་འཛིན་ལྡོག་ལ་དེས་ཆོག་སྟེ། །ཐག་པ་མེད་པར་མ་གཤེས་གྱུར། །སྒྲལ་  
 འཛིན་སྒྲལ་མེད་མཐོང་བས་ལྡོག། །མཐར་ནི་དེས་པར་རྟོགས་དགོས་ཏེ། །ཆོས་  
 ཀུན་དེ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། །དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་ཚུལ་གཅིག་པས། །མཐར་  
 ཐུག་ཐེག་གཅིག་འགྲུབ་པ་ཡི། །དེགས་པ་ཀླ་སྒྲུབ་ཡབ་སྐུ་སྒྲུ། །གལ་ཏེ་  
 ཁྱེད་གྱི་ལུགས་ལྟར་ན། །དེ་ཉིད་ཉན་རང་མཐོང་ཟིན་པས། །དེགས་པ་དེ་ཡིས་  
 ཐེག་གཅིག་ཏུ། །ཅི་ཞིག་འགྲུབ་སྟེ་དམ་བཅའ་ཙམ། །འདིར་ནི་ཟུང་འཇུག་  
 ཡེ་གཤེས་གང་། །མཐར་ཐུག་གཟིགས་པ་དེ་ཁོ་ན། །དེ་བཞིན་ཉིད་གཅིག་དེ་  
 ཡིན་ཏེ། །འཇགས་ཀུན་དེ་ལ་གཞོལ་ཞིང་འབབ། །དེས་ན་ཚུལ་འདི་ལེགས་  
 རྟོགས་ན། །ཀླ་སྒྲུབ་ལུགས་དང་བྱམས་པའི་གཞུང་། །ཡན་ཚུན་བུ་རམ་སྒྲུང་ཅི་  
 བཞིན། །ལྟན་ཅིག་ཡིགས་བདེར་འཇུག་ཡི། །གཞན་དུ་མི་འཕྲོད་ཟས་བཞིན་དུ། །  
 ཁོང་ན་མི་བདེའི་སྐྱེན་གྱུར་ཆོ། །ལུང་དེགས་གཅིག་བུ་རྟོན་པོ་བརྒྱ། །གདེངས་  
 ཤིང་འདེབས་ལ་ཡིད་གཏིང་སྤར། ། ༥ ། ལྟ་བའི་དངོས་གཞི་སྟོང་བའི་  
 དུས། །ཁ་ཅིག་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་ཟེར། །ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་ཞེས་བའི་དོན། །  
 ལེགས་པར་རྟོགས་དང་ལོག་རྟོག་གཉིས། །དང་པོ་མཐའ་བཞིའི་སྟོས་བྲལ་  
 ཏེ། །འཇགས་པའི་ཡེ་གཤེས་གྱི་མདུན་ན། །གང་ཡང་གནས་པ་མེད་མཐོང་  
 བས། །འཛིན་སྟངས་ངང་གིས་ཞིག་པ་སྟེ། །སྟོང་གསལ་མཁའ་ལ་ལྟ་དང་

མཚུངས། །གཉིས་པ་དྲན་མེད་ཏེ་གང་ལྟགས། །མ་དབྱུད་ཅི་ནེར་བཞག་  
 པ་ཡིས། །ལྷག་མཐོང་གསལ་བའི་ཆ་མེད་པར། །མཚོ་གཏིང་རྩོད་བཞིན་ཐ་  
 མལ་གནས། །དབེར་ན་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་པ། །དབུ་མས་མེད་པར་མཐོང་བ་  
 དང་། །གཟུགས་མེད་མེད་པར་མོས་པ་ལྟར། །ཆོག་ཙམ་མཚུངས་པ་འདི་དག་  
 གྲང་། །དོན་ལ་མི་མཚུངས་གནམ་ས་བཞིན། །དེ་ལྟར་མཐའ་བཞི་སྒྲིས་བྲལ་  
 ལ། །མཐའ་བཞི་གང་དུ་འང་མི་འཛིན་ན། །མཐའ་བཞི་ལས་འདས་འཛིན་  
 སྟངས་ཤིག །མེད་པས་འཛིན་སྟངས་མེད་པར་འདོད། །གལ་ཏེ་འཛིན་སྟངས་  
 མེད་ཅེས་པས། །སྒྲུབ་པོ་ཁ་ཅིག་དང་པོ་ནས། །ཅིར་མི་འཛིན་པར་སྟོད་དོ་  
 ལོ། །འགྲོ་ཀུན་ཐ་མལ་གྲོད་ཆེས་པས། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་གཏན་  
 འབྱམས་ན། །ད་དུང་བསྐྱགས་ཏེ་བསྐྱལ་མི་དགོས། །གལ་ཏེ་དེ་དག་མི་ཤེས་  
 བཞིན། །བདག་ཅག་རང་ངོ་ཤེས་ཟེར་ན། །དོན་དམ་རང་ངོ་ཤེས་པ་ལ། །  
 བདེན་སྟོང་ལུ་ཐག་ཆོད་པ་དགོས། །འབྱུལ་སྤང་བདག་དང་གཞན་ལོ་ཞེས། །  
 སྤངས་གྲང་ཤེས་ལ་སྒྲོམ་ཅི་དགོས། །གལ་ཏེ་སེམས་ལ་མདོག་དབྱིབས་དང་། །  
 བྱུང་གནས་འགྲོ་ས་བརྟག་པའི་ཆོ། །མ་མཐོང་སྟོང་པར་རྟོགས་ཤེ་ན། །ཆོས་  
 ཚུལ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་སྟེ། །འདི་ལ་འད་གོ་ལ་ས་ཤིན་ཏུ་ཆེ། །སེམས་ནི་གཟུགས་  
 ཅན་མ་ཡིན་པས། །སྤངས་གྲང་མདོག་སྟོགས་མཐོང་མི་སྲིད། །མ་མཐོང་ཙམ་  
 ལ་སྟོང་པ་ཉིད། །རྩོད་སྒྲུམ་ན་ཤིན་ཏུ་གོ་ལ། །ལན་བརྒྱར་བརྟག་གྲང་  
 མི་ཡི་མགོར། །ལྷགས་གྱི་རྩ་ཙམ་ཐོང་མི་སྲིད། །དེ་མ་མཐོང་བས་དེ་སྟོང་པར། །

རྟོགས་སོ་ཞེན་སྐྱས་ཀྱང་སྒྲ། །དེས་ན་རིགས་པའི་དབྱུང་བ་དེས། །གནས་  
ལུགས་ཐིག་པོ་ཞིག་མཐོང་ན། །སེམས་དེ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ལ། །དོ་བོ་བདེན་མེད་  
གཏིང་ནས་རིག །དེ་ཆེ་ཐད་ཀའི་ནམ་མཁའ་ལ། །བལྟས་བ་བཞིན་དུ་རང་  
གི་སེམས། །འགྲུ་བཞིན་བ་ཡང་སྟོང་བ་ཡི། །དེས་ཤེས་ཁོ་ཐག་ཆོད་བ་དགོས། །  
ཡང་ནི་བྱོད་གྱི་སེམས་དེ་ནི། །མེད་བ་མཁའ་འདྲ་ཞིག་འདུག་གམ། །སྒྲ་ཚོགས་  
ཤེས་བ་གང་ཡིན་ཟེར། །སྐད་ཅིག་མི་སྟོད་གཡོ་བའི་སེམས། །སྐུ་ལའང་ཡོད་  
ཕྱིར་ཤེས་བ་ཞིག །འདུག་པར་སྐྱས་ཀྱང་དེས་པར་སྒྲ། །དེ་ནས་ཡོད་བ་མ་  
ཡིན་ལ། །མེད་པའང་མིན་པའི་སེམས་དེ་ནི། །འོད་གསལ་ཆོས་སྐུ་ཡིན་ནོ་  
ཟེར། །དེས་ཀྱང་ངོ་འཕྲོད་རྫོམ་བ་བཅས། །ཐོས་བ་མང་པོ་མ་བྱས་ཀྱང་། །  
གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་ཤེས་སོ་ལོ། །རྫོགས་ཆེན་ཡོད་མིན་མེད་མིན་ནི། །  
མཐའ་བཞིའི་སྒྲིམ་དང་བུལ་བ་ཡིན། །བྱོད་གྱི་འདི་ནི་ལེགས་བཟླས་ན། །  
ཡོད་པར་སྐུ་རུ་མི་བརྟུབ་ཅིང་། །མེད་པར་ཡང་ནི་སྐྱར་མེད་པ། །དོན་དུ་ཡོད་  
མེད་གཉིས་ཡིན་ནམ། །ཡང་ན་གཉིས་ཀ་མིན་པའི་སྐུ། །གང་རུང་ཞིག་ལས་  
མ་འདས་པར། །སེམས་དེ་ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི། །གཞི་རུ་ཞེ་ལ་བརྒྱག་གིན་  
གང་ལ། །དེ་ནི་བསམ་མི་བྱུང་བའི་བདག །དེ་དང་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ལས། །  
དོན་ལ་འདོད་རྩལ་བྱུང་བར་མེད། །སེམས་དང་དེ་ལས་གཞན་གྱི་ཆོས། །ཀུན་  
ཀྱང་བདེན་མེད་དེས་པའི་སྟེང་། །སྤང་བ་རྟེན་འབྱུང་དུ་ཤར་བས། །ཡིན་མིན་  
བསམ་བརྗོད་ལས་འདས་པ། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲིམ་དང་བུལ་བའི་གནད། །

གཏད་མེད་ཟང་མ་ཐལ་བྱུང་ངོ། །འདི་ནི་ཡིན་མིན་གཉིས་བྲལ་ཞེས། །སྒྲོ་ཡི་  
 མདུན་ན་འབེན་བཞིན་གནས། །བདག་གཞན་དངོས་འཛིན་འདིར་བརྟེན་  
 བས། །མིད་པའི་ཆུ་བོ་བརྒྱད་མར་འཇུག། །འདི་དག་སྒྲོག་པའི་གཉིན་པོ་ནི། །  
 བདག་མེད་པ་ཡི་འཛིན་སྐྱངས་ཡིན། །དེ་ཡང་མེད་ཆུལ་མ་ཤེས་པར། །མེད་  
 པར་མོས་བསམ་མི་པན་ཏེ། །ཐག་ཐར་སྐྱལ་དུ་འབྱུལ་བ་ལ། །སྐྱལ་མེད་སྒྲུ་  
 བསམ་མི་པན་ཡང་། །མེད་ཆུལ་མཐོང་ན་སྤང་བ་བཞིན། །དེ་ཕྱིར་དབྱུང་བས་  
 རྟོགས་བྲས་ནས། །དབྱུང་ཙམ་ཉིད་དུ་མིག་ཞག་པར། །ཐོག་མེད་དངོས་ཞེན་  
 གོ་མས་ཆེས་བས། །ཡང་ཡང་འཛིན་སྐྱངས་བཅས་ཏེ་བསྒྲུ་མ། །བདག་མེད་  
 གོ་མས་བས་བདག་ལྟ་བ། །བྱུང་ནས་འབྱིན་ཕྱིར་འདི་དགོས་ཞེས། །དོན་  
 གཟིགས་དུ་མས་ནན་ཏན་བསྐྱབས། །དང་པོའི་ལས་ཅན་འཇུག་པའི་སྒྲོ། །  
 གོ་ལ་འཆུག་མེད་པ་འདི་ཡིན་ན། །དང་པོ་ནས་དེ་སྒྲོང་ཞེས་བ། །བདུད་ཀྱི་  
 གསང་ཆོག་བཀྱེ་བ་ཡིན། །འཛིན་སྐྱངས་དེས་བྱངས་བདེན་སྒྲོང་ལ། །དེས་  
 ཤེས་མཆོག་ཏུ་འདྲོངས་བའི་ཆོ། །ད་གདོད་མེད་འཛིན་ཙམ་པོ་ནི། །གནས་  
 ལུགས་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པས། །སྒྲོ་འདོགས་སོ་གཉིས་བྲལ་བ་ཡི། །སྒྲོས་  
 བྲལ་སྒྲོང་བ་ཆེན་པོ་བསྒྲུ་མ། །བདེན་སྒྲོང་སྐྱུ་ཐག་ཆོད་གྱུར་ནས། །སྒྲོང་བརྟེན་  
 འབྱུང་གར་བ་ཡི། །སྐྱང་སྒྲོང་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་ལ། །མེ་ཡི་ཁ་ནས་དག་པའི་  
 གསེར། །རི་བཞིན་ཡིད་ཆེས་བུང་མོད་ཀྱི། །གཞན་དུ་ཆེས་ཆེར་ཟབ་པའི་  
 གནད། །འཕགས་པོད་མཁས་གྲུབ་ཆེན་མས་ཀྱིས། །ཡུན་རིང་འབད་དེ་རྟོགས་

པའི་དོན། །ཀྲེ་མ་སྐྱེན་པོས་ཡུད་ཅམ་ལ། །རྟོགས་པར་སྒྲུབ་པ་ཐེ་ཚོམ་གཡོ། །  
 དངོས་གཞི་སྒྲུང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་ཀྱིན། །ཡོད་མེད་ལས་འདས་དོན་གྱི་  
 གཤེས། །ཡོད་མེད་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་ན། །སྟོགས་རེར་འཛིན་པ་སྒྲོས་དང་  
 བཅས། །དེ་ཕྱིར་རིགས་པས་རྣམ་དབྱེད་ཆོ། །ཅིར་ཡང་གྲུབ་པ་མ་མཐོང་  
 བས། །ཅིར་ཡང་འཛིན་པ་གཤེས་སྟེ། །འོན་ཀྱང་མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་བྲལ་ཚུལ། །  
 དབྱེད་པས་དངས་པའི་ངེས་ཤེས་ལས། །རང་བྱུང་འོད་གསལ་ཤེས་རབ་གྱི། །  
 ལྷག་མཐོང་མར་མེ་བཞིན་དུ་གསལ། །དེ་དང་རྣམ་པ་འགལ་བ་ཡི། །མཐའ་  
 བཞིའི་སྒྲོ་ངན་ཐུན་པའི་སྒྲུག། །དུང་འབྱེན་གཉེན་པོ་འདི་ཡིན་པས། །ནམ་  
 བསྐྱེད་པའི་ཤེས་སྒྲུབ་པ་དགོས། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་པ་ཅིག་ཅར་དུ། །འཇག་  
 པ་སྒྲོ་འདས་གཞུག་མའི་དབྱིངས། །སོ་སོའི་སྒྲུབ་པའི་ས་ཉིད་ན། །ཅར་ཐོག་ཚུལ་  
 གྱིས་མཐོང་དགའ་བས། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་པ་རེས་འཛིན་དུ། །འགོག་པ་  
 ཐོས་པས་མ་ལྟ་བུའི་ལུགས། །དེ་ལ་ངེ་ཅམ་གོམས་པ་བཞིན། །དེས་ཤེས་ངེ་  
 བས་ངེ་གསལ་ནས། །ཕྱིན་ལོག་སྒྲོ་འདོགས་བསྐྱུབས་བྱས་པའི། །སྒྲོ་གོས་ཡར་  
 རྒྱ་ལྟ་བུར་འཁེལ། །ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་ལྟ་ངན་ལ། །དངོས་པོ་ཅིར་ཡང་མ་  
 གྲུབ་པའི། །དེས་ཤེས་སྒྲུབ་པ་གཤེས་ཡོད། །དེས་ན་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་མི་རུས། །དེ་  
 ཕྱིར་འདི་གཉིས་བྱེད་པར་ཡང་། །དུ་བའི་རྟགས་ལས་མེ་བཞིན་དུ། །སྤངས་  
 རྟོགས་པོག་སྒྲུད་ཚུལ་ལས་ཤེས། །གང་ཕྱིར་སྐྱེན་པ་སྒྲོམ་ཐ་མལ་བ། །སྤངས་  
 དང་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་མིན་ལ། །ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་པའི་གོགས་ཡིན་ཕྱིར། །རྒྱ་རྒྱུགས་



ལ་དྲངས་བ་བཞིན། །ལུང་རྟོགས་འགྲིབ་ཅིང་ཉོན་མོངས་འཁེལ། །ཁྱད་བར་  
 རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་ཚུང་། །ཡང་དག་ལྟ་བའི་མིག་ལྡན་ན། །སྤར་མེད་ལུང་  
 དང་ཉམས་རྟོགས་འབར། །སྟོང་མཐོང་དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་ལས། །རྒྱ་འབྲས་རྟོན་  
 འབྲེལ་བསྐྱེད་ལ། །ཡིད་ཆེས་ཉོན་མོངས་ཚུང་བར་འགྱུར། །དབྱེད་བས་  
 ངེས་ཤེས་དྲང་བའི་ངང་། །ཅེ་གཅིག་བཞག་པའི་ཉིང་འཛིན་ལ། །མ་མཐོང་  
 མཐོང་བ་དམ་པའི་དོན། །མཐོང་དོན་སྤྱོད་སྤྱོད་མ་ལུང་བས། །ཅིར་ཡང་བརྒྱང་  
 བ་མེད་མོད་གྱི། །ལྷགས་པས་བྱ་རམ་མྱོང་བ་ལྟར། །ཡིད་ཆེས་གོམས་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་ལ། །སྤྱི་ཡི་དབྱེད་བ་ཁོ་ན་མིན། །

༥ ཐེག་མཆོག་ལྟ་བ་བསྒྲུབ་པ་ལ། །དབྱེད་དང་འཛིན་བ་གང་འཐད་ན། །  
 ལ་ལས་མི་དབྱེད་བཞག་སྟེ་བསྒྲུབ། །དབྱེད་བས་དོན་ལ་བསྐྱིབ་བས་ན། །  
 མ་དབྱེད་སྒྲུབ་པོར་ཞོག་དང་ཟེར། །ལ་ལས་དབྱེད་བ་ཁོ་ན་བྱེད། །དབྱེད་བ་  
 དང་བྲལ་བསྒྲུབ་བ་ནི། །གཉིད་དུ་སོང་ལྟར་མི་པན་བས། །ནམ་ཡང་དབྱེད་  
 བ་དགོས་མེ་ཟེར། །སྒྲུབ་པ་དབྱེད་འཛིན་མཐའ་གཅིག་ཏུ། །སྤྱོད་སྤྱོད་རེར་འཛིན་  
 བ་མི་རུང་སྟེ། །མ་དབྱེད་བ་ཡི་འཛིན་སྒྲུབ་ལལ། །ཞིག་ནས་ཅམ་ཞིག་འགྲུབ་  
 སྟེད་ཀྱང་། །བསྒྲུབ་ས་པས་ངེས་ཤེས་མི་སྐྱེ་བས། །ཐར་ལམ་མིག་གཅིག་ངེས་  
 ཤེས་ཉིད། །སྤངས་ནས་སྐྱིབ་བ་བས་ལ་མི་རུས། །ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་མ་ཤེས་  
 བ། །ཅི་ཞིག་བསྒྲུབ་སྟེ་ཐ་མལ་གྱི། །རྣམ་རྟོག་བསྒྲུབ་ས་པས་ཅི་ལ་པན། །  
 མིག་མེད་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་བཞིན། །ཐོག་མེད་འཁྲུལ་པའི་བག་ཆགས་གྱིས། །

རང་བཞིན་ལོག་པར་ཞེན་སྒྱུར་བ། །ཐབས་ཚུལ་རིགས་པ་བརྒྱད་ག་གིས། །  
 འབད་དེ་མ་བརྟག་རྟོགས་པར་དགའ། །གང་ཕྱིར་ལྟུལ་སྒྲུང་ཞེན་པ་དང་། །  
 ཡང་དག་དོན་མཐོང་འགལ་བས་ན། །ཆེས་གོམས་སྤྱིད་པའི་སྒྲག་རུམ་འདིར། །  
 དེ་ཉིད་སྒྲུང་བ་རྟེན་པར་དགའ། །སྒྲོན་ནས་སྒྲུངས་པའི་ལས་ཀྱི་འགྲོ། །སྒྲིན་  
 དང་བླ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་ལས། །བྱུང་གནས་འགྲོ་འོང་ཙམ་བརྟགས་པས། །  
 བདེན་སྒྲོང་ངེས་པ་སྤྱིད་མོད་ཀྱི། །དེ་འདྲ་བརྒྱ་ལམ་ངེས་འགའ་སྟེ། །ཀུན་  
 གྱིས་དེ་ལྟར་རྟོགས་མི་རུས། །ཀ་དག་གདར་གཙོང་པ་ལ། །ཐལ་འགྱུར་ལྟ་  
 བ་མཐར་ཕྱིན་དགོས། །སྒྲོས་བྲལ་ཙམ་གྱི་ཆནས་ནི། །དེ་གཉིས་ཁྱད་པར་  
 མེད་དོགས་ངས། །སྒྲོང་པར་ཞེན་པ་བརྟོག་ཕྱིར་དུ། །སྒྲགས་ལས་བདེ་བ་ཆེན་  
 པོ་བརྟན། །བདེ་སྒྲོང་གཉིས་སྒྲུ་མེད་པའི་དབྱིངས། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་བྲལ་  
 བ་ཡི། །ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སྒྲུ་སྒྲོང་བར་བྱེད། །སྒྲུང་དང་གསལ་དང་རིག་པ་  
 གསུམ། །བདེ་བ་དེ་ཡི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། །སྒྲུང་ཆ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུ་འདིས་ནི། །  
 སྤྱིད་པ་ངེ་སྤྱིད་ལན་བདེ་ཡིས། །འགྲོ་ཀུན་སྒྲོབ་པར་མཛད་པས་ན། །མཐར་  
 ཐུག་སྒྲིང་རྗེའི་རང་བཞིན་ཉིད། །དེ་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་། །སྤྱིད་  
 ཞེར་མི་གནས་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །གཞི་ལ་ངེ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལྟར། །བདེ་སྒྲོང་ལམ་  
 གྱི་ཨེ་ཨྱི་སྤྱིས། །བསྐྱབས་པས་ཆོའདི་ཉིད་ལ་ཡང་། །བྱང་འཇུག་འབྲས་བུ་  
 མཛོན་དུ་འགྱུར། །གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་དོན་དུ་ན། །མི་སྤྱིད་རྟོ་རྗེའི་ཐེག་  
 པ་ཡི། །འབྲས་བུ་བཞི་པའི་དབང་གི་ལམ། །རིག་སྒྲོང་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཉིད། །

ཁོ་ན་རྩལ་དུ་བརྟོན་གྱུར་པ། །འོད་གསལ་དོ་རྩེ་ཆེ་མོའི་ལུགས། །མཐར་  
 ཐུག་ཐེག་པའི་སྒྲེལ་སོ་ཡིན། །རི་སྒྲིང་ངེས་ཤེས་མ་སྒྲེས་བར། །ཐབས་དང་  
 དབྱུང་པས་ངེས་ཤེས་དྲང་། །ངེས་ཤེས་སྒྲེས་ན་དེའི་དང་དུ། །ངེས་ཤེས་ཉིད་  
 དང་མ་བུལ་བསྒྲོམ། །ངེས་ཤེས་མར་མེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུན། །ཡང་དག་མིན་རྟོག་སྒྲུབ་  
 ཟུང་པ། །དེ་ལ་རྟག་ཏུ་ཀན་ཏན་བྱ། །བུལ་ན་སྒྲར་ཡང་དབྱུང་པས་དྲང་། །  
 དང་པོར་དབྱུང་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། །དབྱུང་པ་བཟང་པོས་མ་དྲང་ན། །ངེས་ཤེས་  
 བཟང་པོ་ག་ལ་སྟེ། །ངེས་ཤེས་བཟང་པོ་མ་སྒྲེས་ན། །སྒྲོ་འདོགས་ངན་པ་ག་  
 ལ་རུབ། །སྒྲོ་འདོགས་ངན་པ་མ་རུབ་ན། །ལས་རྒྱུང་ངན་པ་ག་ལ་འགག།  
 །ལས་རྒྱུང་ངན་པ་མ་འགག་ན། །འཁོར་བ་ངན་པ་ག་ལ་སྒྲོང་། །འཁོར་བ་ངན་  
 པ་མ་སྒྲོང་ན། །སྒྲུག་བསྐལ་ངན་པ་ཅི་ལ་འཛད། །འཁོར་དང་བྱ་ངན་འདས་  
 པ་ལ། །དོན་དུ་བཟང་ངན་ཡོད་མ་ཡིན། །བཟང་ངན་མེད་པར་མཉམ་ཉིད་  
 དུ། །རྟོགས་པ་ངེས་ཤེས་བཟང་པོ་ཡིན། །ངེས་ཤེས་བཟང་པོས་འཁོར་བ་  
 འདི། །སྒྲངས་ནས་བྱང་འདས་མ་བསྐྱབས་པས། །འགལ་བ་ལྟར་སྒྲང་ཆོག་  
 གི་དོན། །མི་འགལ་ལམ་གྱི་གལ་མདོ་སྟེ། །ལྟ་སྟེད་མན་ངག་གནད་གསང་  
 འདི། །དབྱུང་དེ་དོན་གྱི་རོ་མྱོངས་ཤིག །བར་དུ་དབྱུང་འཛོག་སྟེལ་དགོས་  
 ཉེ། །དབྱུང་ན་ངེས་ཤེས་སྒྲེ་འགྱུར་ཁིང་། །མ་དབྱུང་ཐ་མལ་ཁེན་གྱུར་ཆོ། །  
 དབྱུང་ཅིང་དབྱུང་ཅིང་ངེས་ཤེས་དྲང། །ངེས་ཤེས་སྒྲེས་ན་དེ་གའི་དང་། །  
 མ་ཡེངས་ཅེ་གཅིག་ཉིད་དུ་བསྒྲོམ། །ངེས་ཤེས་དང་ནི་སྒྲོ་འདོགས་ཡིད། །

ཕན་ཚུན་འགལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །དབྱེད་པས་སྒྲོ་འདྲོགས་སུན་བྱུང་བས། །  
དེས་ཤེས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ། །ཐ་མར་དབྱེད་པས་མ་དྲང་ཀྱང་། །དེས་  
ཤེས་ངང་གིས་སྒྲེ་བ་ན། །དེ་གའི་ངང་དུ་འཛོག་པ་ལས། །དབྱེད་པས་གྲུབ་  
ཟེན་བསྐྱབ་ཅི་དགོས། །ཐག་པར་སྐྱལ་མེད་རྟོགས་པ་ན། །དེས་ཤེས་དེ་གས་  
སྐྱལ་འཛོལ་རྟོག །ད་རུང་སྐྱལ་ནི་མེད་དོ་ཞེས། །ཡང་ཡང་དབྱེད་ཟེར་སྐྱན་  
མིན་ནམ། །འཕགས་ལམ་རྟོགས་པ་མཛོལ་གྱུར་ཆོ། །ད་རུང་དབྱེད་པས་མི་  
བསྒྲོམ་སྟེ། །མཛོལ་སུམ་རྟོགས་ལ་རྒྱ་མཚན་གྱི། །ཡིད་དབྱེད་སྐྱུར་བ་ཅི་ཞིག་  
དགོས། །གལ་ཏེ་དབྱེད་པ་དང་བྲལ་ཆོ། །དོན་མཐོང་རྟོགས་པ་མི་འགྲུབ་ན། །  
འཕགས་དང་རྒྱལ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། །འཛིག་རྟེན་གོང་མེད་ཤེས་པ་ཡིས། །  
བཟུང་ནམས་ཁྱོད་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག །ཉིད་དུ་ཐལ་ཏེ་དེ་དག་ནི། །རྟོགས་ཟེན་  
ཡིན་སྐྱུར་དེ་དག་ལ། །རང་དུས་དབྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་  
དང་བྲལ་བ་ཡི། །དེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ངོར། །འདི་དང་འདིའོ་སྒྲུམ་པ་  
ཡི། །དམིགས་གཏད་དབྱེད་པ་སྐྱབས་མི་ཐོབ། །གང་ཆོད་དབྱེད་པའི་མཚན་  
འཛོལ་དེས། །དར་གྱི་སྒྲིན་བུ་ཇི་བཞིན་དུ། །རྟོག་པ་དེ་ཡིས་དེ་བཅིངས་ནས། །  
ཡང་དག་དོན་ཇི་བཞིན་མི་མཐོང་། །དེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་འདིས་ནི། །ཡིན་  
ལྷགས་སྐྱིབ་པའི་སྒྲུག་བསལ་ཆོ། །གཞུག་མ་དོན་གྱི་འོད་གསལ་ངང་། །དེ་  
ཉིད་མཁོར་མཐོང་བ་གང་། །སོ་སོ་རང་གི་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །སེམས་བྱུང་ཤེས་རབ་  
ག་ལ་ཡིན། །ཤེས་རབ་ཡུལ་ནི་འདིའོ་ཞེས། །རྣམ་པར་འབྱེད་ཅིང་དེར་རྟོག་

ལ། །གང་ཕྱིར་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དང་། །སྤང་སྤྱང་རེ་རེ་གང་དུ་འང་། །མི་  
 དམིགས་མཉམ་པའི་ཡེ་ཤེས་འདི། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །  
 མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་གནས་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དབྱེད་པས་དྲངས་བ་ཡི། །ངེས་  
 ཤེས་མཆོག་ལ་མཉམ་བཞག་པའི། །ཤེས་རབ་དྲི་མ་མེད་པའི་རྒྱས། །འབྲས་  
 གུ་རུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཐོབ། །ལྟ་བ་གཏན་ལ་ལབ་བ་དང་། །ངེས་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་སྒྲུབ་བྱེད་པ། །ཤན་འབྱེད་སོ་སོར་རྟོགས་བ་ཡི། །ཤེས་རབ་དྲི་མེད་  
 ཚད་མ་ཡིན། །ངེས་དྲངས་བ་ཡི་ངེས་ཤེས་ཀྱི། །ལམ་ནས་ཡིན་ལུགས་གཤིས་  
 སེབ་པའི། །མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་གང་ཡིན་པ། །ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་དངོས་  
 གཞི་དེ། །འདི་དང་ལྡན་ན་རུང་འཇུག་གི། །གོ་འཕང་ཆེ་འདིར་སྟེར་བའི་ཕྱིར། །  
 ཐེག་བ་ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་འང་ཡིན། །རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཡི་ལུགས་ལྟར་ན། །སྤྲེལ་མེད་  
 ཆོག་དབང་ལམ་འདི་ནི། །ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་མོད་ཀྱི། །ལོགས་སུ་ཐེག་  
 བར་མ་བཞག་ཀྱང་། །དཔེར་ན་མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་  
 འཆད་བ་ཡི། །དཔལ་ལྡན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ། །རྒྱུད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་བཞེད་  
 བ་བཞིན། །སྤྲེལ་མེད་རྒྱུད་སྡེའི་ནང་ནས་ཀྱང་། །དབང་བཞིའི་ལམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
 གང་། །རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་འཆད་བ་འདི། །རྒྱུད་སྡེ་ཀྱང་གྱི་དགོངས་པའི་  
 མཐིལ། །ལན་གྲངས་བརྒྱ་དུག་བཞུས་པའི་གསེར། །ཤིན་ཏུ་དག་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ། །ཐེག་གཞན་གྲུབ་མཐས་དབྱེད་བ་ཡིས། །རྗེ་བས་རྗེ་དག་འདིར་མཐར་  
 ཕྱིན། །དེ་ཕྱིར་ཤེས་རབ་དྲི་མེད་ཀྱིས། །ཚད་མས་འདི་དོན་གྲུབ་པའི་རྩལ། །

རྒྱུད་དང་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཀུན་དང་། ཆོས་བཟང་རིགས་པས་རྣམ་དབྱེད་  
 ལ། །བསམ་ན་བདུད་གྱི་ཡུལ་ལས་འདས། མི་འཕྲོག་ཤེས་རབ་སྒྲིན་པར་  
 བྱེད། །འོན་ཀྱང་ལྟ་བའི་དངོས་གཞི་ནི། ལྷང་སྟོང་ཕྱོགས་རེར་འཛིན་པ་  
 སོགས། རེམས་དང་སེམས་བྱུང་སྟོང་ཡུལ་དུ། །འདི་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
 བློ་ནི། །བརྗོད་མིན་བརྗོད་བྱར་བྱས་པའི་བྱིར། ལམས་པའི་དགོངས་པ་ཉིད་  
 དང་འགལ། གང་བྱིར་ཨ་ཏི་ཡོ་གནི། ལྷང་སྟོང་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི།  
 ཡེ་ཤེས་ཡིན་སྟེང་མ་དག་པའི། རེམས་ལས་འདས་པ་ཁོ་ནའི་བྱིར། །འདི་  
 ལ་ཀ་དག་སྟོང་པའི་ཆ། གཏུན་འབེབས་ཁྲེགས་ཆོད་ལྟ་བ་དང་། །ལྷན་གྱུབ་  
 རྒྱུད་ཡེ་ཤེས་གྱི། །རང་བཞིན་གཏུན་ལ་འབེབས་པ་ལ། །ནང་གསལ་གཞིན་  
 རུ་བུམ་པའི་རྒྱར། །ཡིད་ཆེས་འོད་གསལ་ཐོད་ཀླལ་གཉིས། །གཉིས་ཀའང་  
 སོ་སོར་དབྱེར་མེད་དེ། །ཀ་དག་ལྷན་གྱུབ་བྱུང་འཇུག་གི། ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་  
 ཁོ་ན་ཡིན། རྒྱུད་སྟེ་གཞན་ན་མི་ཤིགས་པའི། ཡེ་ཤེས་ཏི་ལ་ཀ་ཞེས་པ།  
 །འདི་དང་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཙམ། །འདིར་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བོར་བརྟན།  
 །རྟོགས་ཆེན་སེམས་སྟེའི་མན་ངག་རེར། ལམས་གྱུབ་སོ་སོའི་ཉམས་བཞེས་  
 པས། །བྱུག་ཆེན་ལམ་འབྲས་ཞིབྱེད་དང་། །བྱུང་འཇུག་དབུ་མ་ཆེན་པོ་སོགས།  
 །མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་སོ་སོར་གྲགས། །དོན་ལ་སེམས་ལས་འདས་པ་ཡི།  
 ཡེ་ཤེས་ཡིན་བྱིར་ཀུན་གྱང་མཉམ། །སངས་རྒྱས་གྱུབ་ཐོབ་དགོངས་པ་ནི།  
 །གཅིག་ཅེས་མཁས་ཀུན་མགྲིན་གཅིག་སྟེ། །ལ་ལས་རང་ལུགས་རྟོགས་པ་

ཆེ། །ཕུག་ཆེན་སོགས་ལས་འཕགས་སོ་བཟུང་། །མ་རྟོགས་ལམ་གྱི་ཐ་སྟངས་  
མེད། །རྟོགས་ན་དགོངས་པ་གཅིག་པ་ལ། །རིགས་པས་འཐད་པའི་དབྱེ་བ་  
མེད། །དེ་བཞིན་སྤྲོ་མེད་རྒྱུད་ཀྱང་གྱི། །བཞི་པའི་དབང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་། །  
རྟོགས་པ་ཆེན་པོར་དབྱེ་བ་མེད། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི། །འབྱུང་  
གནས་རྟོགས་ཆེན་རྒྱུད་སྟེ་ལ། །སེམས་སྒོང་མན་ངག་སྟེས་བྱེ་བའི། །ཟབ་  
རྒྱས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་གནད། །མན་ངག་ཐོར་བུའི་ཉམས་ལེན་པ། །  
གཞན་ལ་མ་གྲགས་མང་ཡོད་པར། །ཁྱད་ཆོས་ཡིན་ཞེས་སྒྲི་ཅི་དགོས། །དེ་  
ལ་རྟོགས་ཆེན་མཐར་ཐུག་པ། །ཟབ་ཞི་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྱས། །སངས་  
རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན་ཡང་། །འདིར་ནི་གནས་སྐབས་ལམ་དག་ཏུ། །ཡེ་ཤེས་  
དེ་དང་རྗེས་མཐུན་པ། །དཔེ་དང་དོན་གྱི་བྱང་འཇུག་རྣམས། །རི་མོར་བྱིས་  
པའི་སྒྲ་བ་དང་། །ཁུ་སྒྲ་ནམ་མཁའི་སྒྲ་བ་བཞིན། །རིམ་བས་གཅིག་གིས་  
གཅིག་འདྲེན་པས། །རང་བྱུང་ཟབ་མེད་ཡེ་ཤེས་གང་། །རང་གི་སྒྲོ་རུས་དང་  
བསྟན་ཏེ། །ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡོད་ཉིད་ཐྱིད། །དཔེར་ན་འཕགས་ལམ་ཡེ་  
ཤེས་གང་། །ཐོབ་ཐྱིར་རྗེས་མཐུན་བསྐྱེམ་པ་བཞིན། །ཆོས་ཉིད་བྱང་འཇུག་  
ཡེ་ཤེས་ཆེ། །མདོར་སུམ་གཏན་ལ་ཐེབ་པ་ན། །ཡིད་དཔྱོད་འཛིན་པའི་ལྷ་  
བ་ཀྱང་། །ངེས་པར་རུབ་ནས་སྒྲོས་བྲལ་མཐོང་། །དེ་བྱིར་སྐབས་ཤན་མ་བྱེད་  
པར། །འཛིན་སྐྱངས་ཡོད་མེད་ཚྭ་གས་གཅིག་ཏུ། །སྒྲ་ལ་སྒྲིབ་དང་ལེགས་ཆ་  
སྟེ། །སྒྲ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ་བཞིན་དུ་གནས། །འདི་ནི་ངེས་པའི་ཡུང་བཞིན་

དུ། །རིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན། །  
 ། བདེན་པ་གཉིས་ལས་གང་གཙོ་ན། །ཁ་ཅིག་དོན་དམ་གཙོ་ཆེར་འདོད། །  
 །ཀུན་རྫོབ་འབྲུལ་པའི་སྒྲུང་བ་ཞེས། །སྒྲུང་བྱར་རྟོགས་གིང་དོན་དམ་པ། །མ་  
 །འབྲུལ་ཡིན་པས་དོན་དམ་དེར། །ལྟ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་ནོ་ཟེར། །ཀུན་རྫོབ་  
 །མ་འབྲུལ་བདེན་གྱུར་ན། །དོན་དམ་སྟོང་པར་མི་རུང་བྱིར། །དེ་སྐད་དུ་ནི་  
 །གསུངས་མོད་གྱི། །ཀུན་རྫོབ་སྒྲུངས་པའི་པ་རོལ་ན། །དོན་དམ་འགའ་ཡང་  
 །མི་གྲུབ་སྟེ། །དེ་གཉིས་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་ཉིད། །བརྟག་བྱའི་དངོས་ལ་  
 །མ་བརྟེན་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་ཡོད་མིན་ཏེ། །དེས་ན་དངོས་དང་དངོས་  
 །མེད་པ། །གཉིས་ཀ་རྟེན་འབྲེལ་ཙམ་དུ་མཚུངས། །གལ་ཏེ་སྟོང་པར་ཞེན་པ་  
 །དེས། །སྒྲུང་བ་རྣམ་པར་བཅད་གྱུར་ན། །སྟོང་པ་རྟེན་འབྲུང་དུ་གར་བའི། །  
 །ལྷ་སྐྱབ་ལུགས་བཟང་རྟོག་མར་བྱས། །སྟོང་མཐོང་དེ་ཡི་ལམ་གོམས་ནས། །  
 །སྟོང་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་རྟོགས་ན་ནི། །འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་སྟོང་པ་  
 །ཉིད། །དངོས་པོའི་འཛིག་རྒྱར་བྱོད་ལའང་ཐལ། །དེ་བྱིར་གདོད་ནས་སྟོང་  
 །ན་ཡང་། །སྟོང་སྒྲུང་རིས་སུ་མ་ཆད་པས། །སྟོང་པ་ཁོན་གཙོ་ཆེ་ཞེས། །འཛིན་  
 །པ་མཐར་ཐུག་དོན་མི་མཁས། །ལ་ལས་དོན་དམ་པར་བཅད་ནས། །ཀུན་  
 །རྫོབ་ཙམ་གྱི་དོས་ནས་ནི། །རྒྱུད་སྡེའི་ལྟ་བ་མཐོང་མན་བྱེད། །དོན་དམ་སྟོང་  
 །པས་མ་ཟིན་པའི། །ཀུན་རྫོབ་རང་ཉིད་ལྟ་བ་ཡི། །མཐོང་མན་བྱེད་ཆོས་སུ་  
 །མི་འཐད། །དོན་དམ་གདོང་དང་མི་ལྡན་པར། །ཀུན་རྫོབ་ལྟ་རུ་བསྒྲུལ་པ་ཙམ། །



མོས་པ་ཙམ་ཡིན་ལྟ་བུ་ཡིན། བྱ་སྟེགས་རིག་སྟེགས་འགའ་ཞིག་གྲང་། བཟླ་  
 ཆོ་རང་ཉིད་གཞན་དུ་མོས། ལ་ལས་ཀྱན་རྫོང་གལ་ཆེ་སྟེ། བདེན་གཉིས་  
 ཟུང་དུ་འཇུག་དགོས་ཟེར། ཡང་ཡང་ཀྱན་རྫོང་ཕྱོགས་ལ་བསྟེགས། ཟུང་  
 འཇུག་ལྟ་བུ་སྒྲོང་དུ་ས་ན། ཟུང་འཇུག་དོར་ནས་མེད་རྒྱང་འཛིན། བཤད་  
 པ་བཟང་པོ་མ་ཡི་རྗེས། ཉམས་ལེན་སུ་ཆུང་སྟེབ་མ་རུས། དེས་ན་སྔ་འགྱུར་  
 རང་ལུགས་འདིར། གཞི་ལམ་འབྲས་སུ་འོ་ཆོས་སྒྲད་ལ། ཉག་དང་མི་ཉག་  
 བདེན་གཉིས་སྟེགས། བྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷུང་བལ་བ་ཡི། ཟུང་འཇུག་ཁོ་ན་འི་  
 གྲུབ་མཐའ་སྒྲོང་། ཀྱན་རྫོང་དང་ནི་དོན་དམ་པ། ལ་བལ་རེ་རེ་སྟེང་དུ་  
 བེ། གཞི་ལམ་འབྲས་སུ་གཞག་མི་རུས། གཞི་ལམ་འབྲས་སུ་གསུམ་ཆར་  
 དུ་འང་། འདི་སྒྲང་འདི་སྒྲང་དབྱེ་བ་མེད། ཀྱན་རྫོང་སྒྲངས་པའི་ཕ་རོལ་ན། །  
 དོན་དམ་མེད་ལ་དོན་དམ་པ། སྒྲངས་པའི་ཀྱན་རྫོང་གཞན་མེད་ཉིད། གང་  
 སྒྲང་སྒྲོང་པས་བྱུང་བ་དང་། གང་སྒྲོང་སྒྲང་པས་བྱུང་བ་སྟེ། སྒྲང་ན་མི་སྒྲོང་  
 མི་སྒྲིད་ཅིང་། སྒྲོང་དེ་འང་མ་སྒྲང་མི་གྲུབ་ཟྱེར། དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་  
 པོ་ཡང་། སྒྲོང་གཞིར་བྱས་ནས་སྒྲོང་དགོས་ཟྱེར། སྒྲང་ཀྱན་བཏགས་པ་  
 ཙམ་ཞིག་ལ། སྒྲོང་པའང་སྟོ་ཡིས་བཏགས་པ་ཙམ། རིག་པས་དབྱུང་པས་  
 རེས་ཤེས་ལ། འདི་གཉིས་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་སྟེ། གཅིག་ཡོད་ན་ནི་གཅིག་  
 མེད་པ། མི་སྒྲིད་འདུ་འབྲལ་མེད་པར་གནས། དེ་སྒྲིར་སྒྲང་དང་སྒྲོང་པ་དག །  
 སོ་སོའི་ཆར་ནི་ཤེས་ན་ཡང་། དོན་དུ་ནམ་ཡང་དབྱེ་བ་མེད། དེ་སྒྲིར་ཟུང་

འབྲུག་ཅེས་བརྗོད་དོ། །གནས་ལུགས་མཐོང་བའི་ངེས་ཤེས་ནི། །གང་མཐར་  
ལྷུང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དག་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་རོང་། །སྤང་དང་སྟོང་  
བ་འདི་གཉིས་པོ། །ཡོད་མཉམ་མེད་མཉམ་ངོ་བོ་གཅིག་ །ལྷོག་བ་ཐ་དད་  
དབྱེ་བར་འདོད། །དེ་ཡང་དང་པོའི་ལས་ཅན་ལ། །དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་ལྟ་  
ལུས་སྤང་། །དེ་ཆོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་བ་མེད། །ནམ་ཞིག་སྟོང་པའི་རང་བཞིན་  
ནི། །སྤང་བར་འཆར་ལ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ། །དེ་ཡང་གདོད་ནས་སྟོང་བ་དང་། །  
སྤང་བ་འདི་དག་སྟོང་བ་ཡིས། །སྟོང་བཞིན་སྤང་ལ་སྤང་བཞིན་དུ། །སྟོང་མཐོང་  
ངེས་ཤེས་སྟེ་བ་ཉིད། །འདི་ནི་མདོ་རྒྱུད་མན་དག་གི་ །ལམ་ཟབ་ཀུན་གྱི་རྩ་  
བ་སྟེ། །ཐོས་བསམ་སྒྲོ་འདྲེས་ཆོད་པའི་དོན། །ཡང་དག་ལྟ་བ་འབྲུལ་མེད་  
ཡིན། །གནད་དེ་རེ་བས་རེ་ཟབ་ཏུ། །རྟོགས་བས་ཀུན་རྫོབ་སྤང་བ་ཡང་། །  
རང་མཆོན་ཞེན་བ་རིམ་སྟོང་བས། །རྒྱུད་སྡེའི་ཐེག་རིམ་དེ་ལྟར་སྤང་། །ཡིད་  
ཀྱིས་མོས་བསྐྱོམ་ཅམ་ཞིག་དང་། །སྟོད་བརྩུད་ལྟར་སྤང་ངེས་ཤེས་ཀྱིས། །  
ལྟ་བ་གདེང་དུ་བྱུང་བ་གཉིས། །མཚུངས་པའི་གོ་སྐྱབས་མི་སྤྲིད་དེ། །དཔ་  
མས་ཆོས་རྣམས་བདེན་སྟོང་དུ། །ངེས་བ་གང་དེ་ལྟ་ཡིན་ལ། །བྲམ་ཟེའི་ནད་  
ལ་སྤྲུགས་འདེབས་ཆོ། །ནད་མེད་མོས་བ་ལྟ་མིན་བཞིན། །དོན་དམ་གནས་  
ལུགས་རྟོགས་བ་ཡིས། །ཀུན་རྫོབ་ལྟ་རུ་ཡིད་ཆེས་གྱི། །གཞན་དུ་འབྲུལ་པའི་  
སྤང་རྩུལ་ལ། །གནས་ནས་ལྟ་རུ་རིམ་ལྟུབ། །གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་སྤང་  
འདི་མིན་པའི། །འཁོར་བ་ཞེས་བྱ་གཞན་དུ་མེད། །དེ་སྟོང་ལམ་གྱི་དབྱེ་བ་

ནམས། འོན་དམ་ཁོ་ནའི་ངོས་ནས་མིན། འོན་དམ་ཚུལ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་  
 བྱིང་། ཆོས་ཅན་ཀུན་རྫོང་བསྐྱང་བའི་ཆ། འོན་དམ་གཤིས་སུ་མཐོང་གོམས་  
 གྱི། འབྲོ་ལུས་ལ་བརྟེན་བྱ་བ་དང་། ཆ་མཉམ་རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་བརྟན། །  
 དེས་ན་བདེན་གཤིས་སོ་སོ་ཡིས། རྒྱུད་སྡེའི་མཐོང་མཚན་མི་འབྱེད་ཀྱང་། བདེན་  
 གཤིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་ལ། ཅི་ཅམ་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་བཞིན། ཉམས་ལེན་  
 དེ་ཡི་རྗེས་སུ་འབྱང་། དེ་བྱིར་སྒྲ་མེད་རྫོང་རྗེའི་ཐེག་ ཆོ་གཅིག་གོལ་བ་སྟེར་  
 བའི་ལམ། མ་ཞོར་རི་བཞིན་ཉམས་ལེན་ན། མི་གཅིག་འགོ་བ་ཐ་དད་  
 བར། མཐོང་བའི་ཚུ་ཡིས་དཔེ་བཞིན་དུ། དག་པའི་གཟིགས་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས། སྒྲ་མེད་གཞིར་བཞེངས་དགྱིལ་འཁོར་དུ། སྒྲ་ཞིག་ཡིད་མི་ཆེས་  
 བར་འབྱུང་། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ནས། འཁོར་བའི་རང་བཞིན་མ་དག་  
 བ། འདོད་བཞིན་ལྟ་དུ་བསྒྲོམས་པས་ཀྱང་། འཇ་སྒྲུག་སུམ་བར་དྲི་བཟང་  
 གིས། འབྲུགས་པ་དང་འདྲར་མེམས་པ་དེས། གྲེ་མ་མཉམ་ཉིད་རྫོང་རྗེའི་ཐེག་ །  
 སྒྲོམ་པ་རི་མོའི་མར་མེ་བཞིན། སྒྲ་ཚུལ་མ་དག་པར་སྒྲ་ཡང་། དེ་ནི་  
 འབྲུལ་བས་གྲུབ་པའི་མཐའ། གནས་ཚུལ་ཡང་དག་གཟིགས་པའི་དོན། །  
 མི་སྡེད་རྫོང་རྗེའི་གྲུབ་མཐའ་སྒྲ། སྒྲོད་བཅུད་དག་པའི་རྟེན་བརྟེན་བར། མིན་  
 རོ་སྒྲམ་དུ་ལྟ་བཞིན་དུ། ཡིན་རོ་སྒྲམ་པའི་སྒྲོམ་པ་གང་། འགལ་འདུའི་རང་  
 རྟགས་ངོམས་པ་ལ། ལམ་དེ་ལམ་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཉིད། སོལ་བ་བཀྲུས་  
 བས་མི་དགར་བཞིན། མིན་ཡང་ཡིན་སྒྲམ་བཅོས་སྒྲོམ་གྱིས། འབྲས་སུ་ཐོབ་

པར་འགྱུར་ན་ནི། །བདེན་སྟོང་ངེས་ཤེས་མེད་བཞིན་དུ། །མུ་སྟེགས་ཉི་མ་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས། །སྤང་བ་སྤངས་པས་སྟོང་བ་སོགས། །བསྐྱོམས་པས་ཉོན་མོངས་  
 སྟོང་བར་འགྱུར། །བྱ་སྟོད་སྤྲ་མེད་རྒྱད་སྟེ་ལ། །ལྟ་བའི་མཐོང་མན་མེད་གྱུར་  
 བ། །སྤང་སྟོང་དག་མཉམ་རྟོགས་པ་ཡི། །ལྟ་བ་གདེང་དུ་གྱུར་བཞིན་དུ། །  
 བདག་དང་ལྟ་ལ་བཟང་ངན་དང་། །གཙང་དང་མིག་ཙང་སོསོར་ནི། །མ་མཐོང་  
 བཞིན་དུ་དབྱེ་བ་ནི། །རང་གིས་རང་ལ་གཞོད་པར་ཟད། །ཡང་ན་རྒྱད་སྟེ་  
 འོག་མ་བཞིན། །སྤང་དོར་ཉིད་དུ་ཞེན་བཞིན་དུ། །སྤྲ་མེད་སྟོར་སྟོལ་གཙང་  
 སོགས། །སྤང་དོར་མཉམ་པ་ཉིད་སྟོད་པ། །མ་རྟོགས་ཐོ་ཅའི་སྟོད་པ་ཞེས། །  
 སྤང་བར་གྱུར་བ་དེ་མིན་ནམ། །རི་ལྟ་རི་ལྟར་གནས་ལུགས་དོན། །མཐོང་  
 བའི་ངེས་ཤེས་ལྟ་བར་བརྟོད། །ལྟ་བས་རི་ལྟར་ཐག་བཅད་པ། །དེ་བཞིན་  
 སྟོམ་དང་སྟོད་པས་སྟོང་། །ཐེག་པ་ལྟ་བའི་མཐོང་མན་གྱིས། །འབྱེད་ཕྱིར་  
 དགྱུར་མ་ངེས་ཤེས་ན། །ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དམའ་ཤོས་ནས། །མཐར་ཕྱིན་  
 རོ་རྩེ་ཅེ་མོའི་བར། །སྟེ་ཚན་དག་ཡི་གངས་སུ་ནི། །འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་  
 ཕྱིར་ཏེ། །ཐེག་པ་མཐོང་མན་མང་ཡོད་ཀྱང་། །གསུམ་སོགས་དགོས་པས་  
 བཞག་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ནང་གི་ཡེ་ཤེས་སྟོབས། །རི་ལྟ་རི་ལྟར་སྟོབས་འཕེལ་  
 བ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྟོད་བཅུད་རྣམས། །དག་དང་མ་དག་སོ་སོར་མཐོང་། །  
 དེ་ཕྱིར་སྤང་སྟོང་དབྱེར་མེད་གཞི། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས། །  
 ལམ་དེ་རི་བཞིན་གོ་མས་པ་ལས། །སྒྲུག་ཉིས་རུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཐོབ། །

༥ ལྷ་གཅིག་འགོ་བ་སོ་སོ་ལ། མི་གཅིག་དངོས་པོར་སྤང་བའི་ཆོ། ལ་  
ལས་ཐུན་མོང་བལྟ་བུ་དེ། ལྷ་ཡིན་དེ་མཐོང་ཡུལ་ཅན་ནམས། ལྷ་ཀྱང་  
ཆོད་མ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ལྷ་ལ་རང་བཞིན་འགའ་ཡོད་ན། ཆོད་མ་ཆོད་མིན་  
མི་སྤྲིད་ཅིང་། སོ་སོའི་ཡུལ་སྤང་ཐུན་མིན་ན། ལྷ་སྤང་མཐོང་བའི་བློ་བཞིན་  
དུ། ཐུན་མོང་བལྟ་བུ་མི་སྤྲིད་འགྱུར། ལ་ལས་རྒྱན་གཤེར་ཅམ་ཡིན་ཟེར། ལྷ་  
ཐུན་མོང་སོ་སོར་རྒྱན་གཤེར་ཅམ། མ་ལོག་ཡོད་ན་རྒྱན་གཤེར་ལ། མི་གཅིག་  
མཐོང་སྤང་མང་བྱུང་ཞིང་། གཅིག་མཐོང་གཅིག་ལ་མེད་བ་ཡི། ལྷ་དང་རྒྱན་  
སོགས་གཞི་དེ་གང་། གཞན་ཡང་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་པར། རྒྱན་གཤེར་  
གཞི་རུ་ག་ལ་འགྱུར། རྒྱན་གཤེར་ལྷ་དང་གཅིག་ཡིན་ན། རྒྱན་སོགས་ཉིད་  
དུ་སྤང་མི་རུང་། ལྷ་ལ་སོགས་ལས་ཐ་དད་དུ། རྒྱན་གཤེར་ཅི་ཡང་དམིགས་  
བ་མིན། མི་གཅིག་མཐོང་སྤང་སོ་སོ་ལ། ཐུན་མོང་བལྟ་བུ་མི་སྤྲིད་ཅིང་། ལྷ་  
ཐུན་མོང་མཐུན་བའི་དངོས་པོ་ལ། སོ་སོར་སྤང་བ་མི་སྤྲིད་ཟྱེར། ལྷོས་ནས་  
བཞག་བ་ཅམ་ཞིག་ལས། དབྱུང་བའི་གཞི་ཞིག་ལས་ལེན་ན། གནས་ལྷགས་  
ཡིན་པར་གྲུབ་དགོས་པས། གང་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་མི་འཐད་ཉིད། ཐུན་  
མོང་བལྟ་བུ་མེད་གྱུར་ན། སེམས་ཅམ་བཞིན་དུ་ཡུལ་མེད་པར། ཤེས་ཉིད་  
ཡུལ་དུ་ལས་ལེན་དགོས། དེ་ནི་འཐད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་མེད་བཞིན་དུ་  
འཛིན་བ་ཡང་། འོན་ལ་མེད་པར་འདྲ་བ་ལ། ཟུང་འཛིན་གཉིས་པོ་འང་  
ཀུན་རྫོབ་ཏུ། སྤང་བར་མཉམ་ཟྱེར་གང་སྤང་བ། དེ་ལ་བརྟགས་ནས་གཟུང་

འཛིན་གཉིས། ཡོད་མེད་སྤྱེ་བ་མི་འཐད་དེ། ལྷལ་སྣང་ཡོད་ཀྱང་རླུང་བ་  
 ལྟར། འཛིན་བ་སྣང་ཡང་མ་གྲུབ་ཕྱིར། སྣང་ཙམ་སྤུང་མོང་བལྟ་བུ་ནི། མ་  
 སྤུང་བར་སྣང་དང་མི་སྣང་གཞིར། ཡོད་བར་གྲུབ་ཕྱིར་དེ་མེད་བར། མི་  
 རུང་སྒྲོས་གར་མཐོང་སོགས་བཞིན། ཡོད་ཙམ་འདི་ལས་མ་གཏོགས་པའི། ཡོད་བ་  
 གཞན་ནས་མི་སྤྱིད་པས། འདི་མེད་ན་ནི་སྣང་བ་ཀུན། མི་སྣང་ནམ་  
 མཁའ་ལྟ་བུར་འགྱུར། བྱིད་དང་ནང་གི་སྤྱིན་གྱིས་ནི། རྟོན་དངོས་ཇི་བཞིན་  
 མི་མཐོང་བ། རྒྱ་མའི་སྤྲལ་ས་ཀྱིས་བྱིད་བུ་ལ། རྟ་དང་གྲུང་པོར་སྣང་བ་  
 བཞིན། རྟེ་ཕྱིར་སྤུང་མོང་བལྟ་བུ་ནི། འདི་ཞེས་དེས་པར་གཞག་མི་རུང་། རེས་  
 རྟ་རང་གི་ལྷགས་ལ་ནི། སྣང་སྟོང་དེས་སྤྲུམ་ཆད་པའི། གཞི་ཉིད་ཅིར་  
 ཡང་མ་གྲུབ་པ། གང་སྣང་ཀུན་ལ་མཉམ་པའི་ཕྱིར། རྟོང་ས་གཅིག་སྤྱོད་ཆོགས་  
 བར་ཡང་སྣང་། གང་ལ་སྣང་སྟོང་རུང་བ་ན། རྟེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་བར་  
 འགྱུར། གང་ལ་སྣང་སྟོང་མི་རུང་བ། རྟེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་མི་འགྱུར། རོ་  
 རོ་ཆད་མ་ཆད་མིན་གྱི། རྣམ་དབྱེའང་འཐད་བ་མེད་ཅེ་ན། གང་སྣང་དེ་  
 ཉིད་གཞན་ཉིད་དུ། མ་སྣང་དེ་ཕྱིར་རྩལ་མཐོང་དེས། གཞལ་བུ་མི་གྲུབ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཕྱིར་དངོས་ཀུན་རང་བཞིན་གྱིས། རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་  
 པ། གཅིག་དང་ཐ་དད་བྱར་རུང་བའི། ཆད་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། རྟེ་  
 ཕྱིར་སྟོས་ཏེ་ཆད་མ་ཉིད། གྲུབ་ཀྱི་རང་དབང་ཆོས་རྣམས་ནི། ཆད་མས་  
 གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གྲུབ་ན་གནས་ལྷགས་ཉིད་དུ་ཐལ། རྩ་གཅིག་ལོ་ཡང་

རང་འཛིན་གྱིས། །ཚད་མས་གྲུབ་ཀྱང་ལྟོས་མེད་དུ། །རང་དབང་ཁོ་ནས་གྲུབ་  
 མིན་ཏེ། །དོན་དམ་དཔྱོད་པས་མི་གྲུབ་ཅིང་། །ཡི་དྲགས་ངོར་ཡང་གྲུབ་མི་  
 འགྱུར། །རང་འཛིན་ཡུལ་ལ་མངོན་སུམ་དང་། །རྗེས་དཔག་ཚད་མས་ངེས་  
 པ་ན། །དེ་ཡུལ་འཇུག་ལྟོག་མི་བསྐྱེད་ཕྱིར། །ཚད་མ་དོན་མེད་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དབང་ན་ཆུ་གཅིག་ལ་ཞེས་པ། །མི་ཡི་མཐོང་བ་ལ་ལྟོས་ནས། །བཞག་སྟེ་  
 ལྟ་ལ་ལྟོས་ན་ནི། །བདུད་ཅི་གཅིག་ལ་བལྟ་གཞིར་འཛིན། །ཆུ་ལ་ནྟག་ཆུ་  
 བདུད་ཅི་སྟེ། །མཐོང་ཆེ་གསུམ་ཀ་ཆོག་ས་མིན་ལ། །དེ་གསུམ་གཅིག་ཀྱང་  
 ཚད་མིན་ན། །དེ་ལས་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ཏུ། །མཐོང་བ་ཚད་མས་སྒྲུབ་  
 མི་རུས། །མཐོང་དོན་གསུམ་ཀ་མེད་འགྱུར་བས། །མི་མཐོང་ཆུ་འདི་ཆུ་མིན་  
 ན། །གཞན་ཞིག་ཆུ་རུ་མི་འཐད་པས། །ཆུ་ཞེས་བྱ་བ་གཏན་མེད་འགྱུར། །  
 དེ་ལྟའི་ལྷགས་ལའང་ཚད་མ་ཡི། །ནམ་བཞག་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 ཕྱིར་འབྲལ་གྱི་འབྲལ་རྒྱ་ཡིས། །མ་བསྐྱད་དབང་པོའི་ཡུལ་དེ་ཉིད། །ཚད་  
 མ་ཡིན་པར་བསྒྲུབ་དགོས་ཏེ། །ཆུ་དང་སྒྲིག་རྒྱར་ཆུར་སྒྲུབ་བཞིན། །དེས་ན་  
 གནས་སྐབས་ཡི་དྲགས་ཉིད། །ལས་ཀྱི་སྒྲིབ་པས་ཆུ་གཙང་མ། །ནྟག་ཏུ་སྒྲུབ་  
 ཡང་སྒྲིབ་སེལ་ན། །ད་གཤོད་ཆུ་རུ་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། །ལྟོས་ནས་མིས་མཐོང་  
 ཚད་མ་དང་། །གཞན་པ་རྒྱེན་གྱིས་བསྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། །དེ་ཞིག་ཆུ་ནི་ཚད་མར་  
 བསྒྲུབས། །མཐར་ཐུག་རིག་པས་དབྱེད་པས་ན། །དེ་ཀྱང་བག་ཆགས་སྒྲུབ་  
 བ་སྟེ། །གཞན་དུ་ཆུ་ཉིད་དག་པ་ཡི། །ཞིང་དང་སྒྲུ་ཡང་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། །མི་

ཡིས་མཐོང་བ་དེ་ཁོ་ན། །མཐའ་གཅིག་ཚད་མར་རུང་མ་ཡིན། །དེས་ན་སྒྲིབ་  
རྒྱུ་ཇི་དག་པས། །མཐོང་བ་འོག་མ་ལ་སྟོས་ནས། །ཤོང་མ་ཤོང་མ་ཚད་མ་  
རུ། །ཁས་སྒྲུང་བ་ནི་འཐད་པ་ཉིད། །མཐར་ཐུག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། །གཅིག་  
ལས་མེད་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན། །མཐོང་བའི་ཚད་མའང་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །ཚད་མ་  
གཉིས་པ་མི་སྲིད་དོ། །གནས་ལུགས་བདེན་གཅིག་ཟུང་འཇུག་སྟེ། །ཚད་མ་  
རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཉིད། །སྒྲུང་བྱ་མ་རིག་གཅིག་ཤུ་ལས། །མེད་ཕྱིར་རིག་དང་  
མ་རིག་ཅམ། །དེ་ཕྱིར་ཚད་མའི་ཚུལ་འདི་ཡིས། །སྒྲུང་ཀུན་རང་བཞིན་ལྟར་  
རྒྱབ་པ། །སྒྲ་འགྱུར་རང་ལུགས་ཁོ་ན་སྟེ། །ཀུན་མཁྱེན་རོང་རྩམ་བ་རྒྱུ་ཏེ། །  
ལེགས་བཤད་སེང་གའི་ངོ་མོ་ཡིན། །གཞན་ན་ལུགས་འདི་ཚུལ་བཞིན་དུ། །  
སྒྲ་བ་མེད་པས་འདི་ཡི་ཐད། །གང་ལྟར་ཁས་སྒྲུང་འགལ་བར་མཐོང་། །དེ་  
ལ་ཐུན་མོངས་བལྟ་བུ་དེ། །སྒྲུང་སྒྲོང་རེ་རེ་མི་རུང་སྟེ། །གལ་ཏེ་སྒྲོང་བ་ཅམ་  
ཡིན་ན། །འགྲོ་བ་སུ་ཡང་རུང་ལ་ཡང་། །མཁའ་ཡང་བུམ་བར་སྒྲུང་འགྱུར་  
ཞིང་། །བུམ་བ་མཁའ་ལྟར་སྒྲུང་མི་འགྱུར། །སྒྲུང་བ་དང་བུམ་སྒྲོང་བ་ཅམ། །  
བལྟ་བུར་རུང་ན་ཅིས་མི་སྒྲུང་། །དངོས་རྣམས་ཏྲག་ཏུ་ཡོད་པའམ། །མེད་པར་  
ཐལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ལ། །རི་རྒྱུད་བརྗོད་ཀུན་འདི་ལ་མཚུངས། །སྒྲོང་བའི་གནས་  
རྒྱབས་ཡིན་བཞིན་དུ། །སྒྲུང་མེད་དེ་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། །མ་སྒྲོང་བ་  
ཞིག་ཡོད་ན་ནི། །སྒྲོང་ཅམ་སྒྲུང་གཞིར་བཞག་དང་འགལ། །འོ་ན་ཁྱེད་ཀྱི་གོང་  
དུ་ནི། །སྒྲོང་སྒྲུང་མི་འགལ་ཅི་ཞེན། །འདིར་ནི་མཐོང་དོན་ཐ་སྙད་པའི། །



ཆད་མའི་རྣམ་བཞག་སྐབས་ཡིན་པས། །དེའི་ངོར་ཡོད་མེད་འགལ་བ་སྟེ། །  
 དངོས་གཅིག་སྟངས་གི་བདེན་པ་གཉིས། །མི་འགལ་ཡེ་ཤེས་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། །  
 གལ་ཏེ་སྟོང་པ་དང་བྲལ་བའི། །སྤང་ཙམ་སྤང་གཞིར་མི་རུང་སྟེ། །སྤང་དེ་གང་  
 ལྟར་སྤང་བ་ཡིན། །འདི་ཞེས་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི། །སྤང་བ་བསམ་པར་མི་  
 ལུས་ཕྱིར། །སྤང་གཞིར་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཤེས་བྱེད་ཆད་མས་མ་མཐོང་  
 བཞིན། །ཡོད་ཅིས་དམ་བཅའ་ཙམ་དུ་ཟད། །གང་སྤང་རིས་སུ་ཆད་ཀྱུར་ན། །  
 དེ་ལས་གཞན་དུ་སྤང་མི་རུང་། །མི་སྟོང་སྤང་བ་ཡིན་ཕྱིར་ཡང་། །དེ་ཉིད་རིགས་  
 པས་དབྱུང་བཟོད་འགྱུར། །ཁུ་རྣག་བདུད་ཅི་སྟོགས་གྱི་གཞི། །དེ་གསུམ་  
 གང་ཡིན་ཡང་འགལ་ཏེ། །གལ་ཏེ་ཁུ་དེ་རྣག་ཡིན་ན། །ཁུ་དུ་སྤང་བ་ངེ་ལྟར་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་རྣག་མིན་ཁུ་ཡིན་ན། །རྣག་སྟོགས་གཞན་དུ་ཅི་ལ་སྤང་། །  
 ཡི་དྲགས་ཡུལ་དུ་སྤང་དེ་ཡང་། །ཁུ་ཡིན་ཞེན་རྣག་སྤང་ཡང་། །མེད་པར་ལས་  
 སྤང་ཉིད་དུ་ཐལ། །གང་ཕྱིར་རང་ལ་སྤང་དེ་ལས། །སྤང་གཞི་ལོགས་སུ་  
 ཡོད་མིན་ཏེ། །ཡོད་ན་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་ཕྱིར། །ཀ་བུམ་གཅིག་གཞི་གཅིག་  
 མིན་བཞིན། །དེས་ན་སྤང་སྟོང་བྱུང་འཇུག་གམ། །བདེན་སྟོང་སྤང་བ་ཙམ་  
 ཞིག་དེ། །རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྷུང་བྲལ་བ་ཡི། །བྱུང་འཇུག་རོ་མཉམ་ཆེན་པོ་སྟེ། །  
 ཆོས་ཀུན་གཤོད་ནས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། །མཉམ་ཉིད་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། །  
 བྱུང་དོན་གཏན་ལ་ལབ་བྲས་ནས། །རྒྱལ་དེ་གོམས་པའི་ལམ་གྱི་སྐབས། །  
 དག་པའི་གཟིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །མ་དག་སྤང་བ་རང་གྲོལ་བའི། །སྤང་

མིད་དག་པའི་ཆོས་སྐྱུ་ཞེས། ཡིད་ཆེས་དྲོ་རྩེའི་ལུང་དོན་འབྱོར། ། དེས་ན་སྐྱུ་  
 འབྱུལ་བྱ་བ་ལས། ལུང་ལྟ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡི། ། ལྷང་བ་རིས་སུ་མ་ཆད་པ། ། དེ་  
 ཉིད་དག་པའི་ལྟ་སྐྱུང་ཞེས། ། དགོངས་པའི་དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ཉིད། ། འདི་ལྟར་  
 རྒྱལ་འཛིན་ལས་སྒྲོག་ཆོ། ། འབྱུལ་བར་རྟོགས་ཤིང་དེ་གོམས་པས། ། དེ་ལ་  
 རྒྱུ་སྐྱུང་བ་ཉིད། ། དག་པའི་རྒྱལ་སྐྱུང་ཆེན་པོ་ཡིས། ། རྒྱལ་ལྟ་རེར་གྲངས་  
 མེད་ཞིང་། ། མཐོང་ཞིང་རྒྱུ་དེ་ལྟ་མ་གྱིར། ། མཛོན་སུམ་སྐྱུང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །  
 མཐར་ཐུག་སྒྲིབ་གཉིས་སྐྱུངས་པའི་སར། ། རྒྱུང་འཇུག་རོ་མཉམ་ཆེན་པོར་  
 གཟིགས། ། དེ་ཕྱིར་དག་པའི་གཟིགས་པ་ནི། ། སྒྲིབ་བ་མ་ལུས་སྐྱུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ། དངོས་པོའི་གནས་རྒྱུ་མ་ལོར་པ། ། དེ་ཡིས་མཐོང་བ་ཁོན་ལས། །  
 གཞན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། ། དེ་ཉིད་མཐར་ཐུག་ཆད་མ་སྟེ། ། བརྒྱུད་སྟེ་འདི་  
 ཀུན་གཤོད་ནས་ཀྱང། ། དག་པའི་ཆོས་སྐྱུར་གནས་སོ་ཞེས། ། དམ་བཅའ་གྲུབ་  
 པའི་རྩེ་མོ་སྟེ། ། རིགས་པའི་མིག་ལྟན་རྣམས་ལ་གྲུབ། ། དེ་ལྟར་ཡང་ཐེག་པ་  
 དེ། ། རོ་མཆར་ཤོད་ཟེར་སྟོང་མངའ་བས། ། དམན་པའི་ཡིད་ཅན་འབྱུང་པོའི་  
 བྱ། ། ཡལ་ཆེར་ཡོང་བ་ལྟ་བུར་གྱུར། ། དེ་ལ་མཐར་ཐུག་མཉམ་ཉིད་དབྱིངས། །  
 ལྟ་སྐྱུང་ཁོན་ར་སྐྱུང་ངོ་ཞེས། ། རྟོགས་གཅིག་སྐྱུབ་པར་མི་རུས་ཀྱང། ། རང་  
 བཞིན་གཤོད་ནས་དག་པ་ཡི། ། དབྱིངས་དང་སྐྱུང་ཆ་ཡེ་ཤེས་སྐྱུ། ། འདུ་འབྲལ་  
 མེད་ཕྱིར་སྐྱུང་བའི་ཆ། ། གཤོད་ནས་ལྟ་བུ་དག་པ་ལ། ། གནས་ལུགས་དབྱུང་  
 པས་ཀྱང་མི་གཞོད། ། གང་ཕྱིར་སྒྲིབ་གཉིས་སྐྱུངས་པ་ཡི། ། ལྷང་སྟོང་རྒྱུང་

འཕྲུག་དབྱིངས་དེ་ནི། །མཐར་ཐུག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན། །དེ་ལས་གཞན་དུ་  
གང་ཉར་དུ། །རྟོགས་ཀྱང་མཐར་ཐུག་དོན་མིན་ཏེ། །སྒྲིབ་གཉིས་ཟད་པར་  
མ་སྦངས་པས། །གནས་སྒྲུང་རྣམ་ཀུན་མི་མཐུན་ཕྱིར། །གནས་སྒྲུབས་ལམ་  
གྱི་སྒྲུང་པ་ལ། །མིག་སྒྲིན་དག་པའི་རབ་རིབ་བཞིན། །ཡུལ་ཅན་དྲི་མས་དག་  
པ་ལས། །ཡུལ་ཀྱང་དེ་བཞིན་དག་མཐོང་སྟེ། །ཡུལ་ཅན་དག་ཀྱང་ལོགས་  
ཤིག་ན། །ཡུལ་དེ་མ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་གང་ཟག་གཅིག །  
འཆང་རྒྱ་དེ་ཆེ་མ་དག་དངོས། །གཞན་ལ་མི་སྒྲུང་མི་འགྱུར་ཏེ། །རང་སྒྲུང་  
སྒྲིབ་པས་རང་བསྒྲིབས་ཕྱིར། །དེས་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་རྣམས། །རང་  
བཞིན་གདོད་ནས་དག་ན་ཡང་། །སྒྲོ་བུར་དྲི་མས་བསྒྲིབས་པའི་ཕྱིར། །དྲི་  
མ་སྒྲུང་ལ་འབད་པར་བྱ། །སྒྲུང་བུའི་དྲི་མ་རྣམས་ཀྱང་ནི། །རང་གི་ངོ་བོས་  
དག་པ་ལས། །ལོགས་ཤིག་མ་དག་པ་མིན་པས། །རང་བཞིན་འོད་གསལ་  
མཉམ་པ་ཉིད། །དེ་ལྟར་སྒྲུང་རྒྱུ་སྒྲུ་ཆོགས་པ། །མ་རྟོགས་དུས་ན་སོ་སོར་  
འཛིན། །བྱིས་པ་གང་ལ་སེམས་ཆགས་པ། །དེ་ནི་བྱིས་པ་སྐྱོངས་པ་སྟེ། །སྐྱོངས་  
པ་དེ་ཡིས་འཆིང་བར་བྱེད། །རྟོགས་ན་ཀུན་ཀྱང་ངོ་མཉམ་གྱི། །རང་དུ་འབྲས་  
བུའི་བཅོན་ས་ཟིན། །དུས་གསུམ་དུས་མེད་གཞུག་མའི་གྲོང་། །རང་བྱུང་ཡེ་  
ཤེས་རྒྱལ་བར་འགྱུར། །དག་མཉམ་ཆེན་པོ་ཁས་ལེན་པའི། །རྒྱལ་འདི་ལེགས་  
པར་གྲུབ་པ་སྟེ། །སྒྲུང་སྒྲོང་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པས། །ཅིར་ཡང་རུང་ལ་ཅིར་  
ཡང་སྒྲུང་། །དེ་ལས་གཞན་དུ་གང་བདགས་པ། །ཅིར་ཡང་མི་རུང་ཅིར་མི་

སྤང་། རྒྱལ་འདིའི་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པའི་སྒོ། རྟོང་དང་རྟེན་འབྱུང་ལམ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟོང་སྟོང་འདི་ལ་ངེས་ཤེས་ན། བྲི་གང་བྲལ་བའི་དགྲིལ་ལམ་དུ། རྟེན་པ་སྟོང་དང་མི་སྟོང་སོགས། ཆོས་ཉིད་བསམ་གྲིས་མི་བྱལ་ལ། ཟུང་  
 མའི་བཟོད་པ་ཁོང་ནས་སྒྲེ། རྩལ་གཅིག་བྱོན་ལ་རྩལ་སྟེད་ཞིང་། མཐོང་  
 ཞིང་རྟེན་ཅིག་ཡུན་ལ་ཡང་། བསྐྱལ་བར་སྤང་སྟེད་ངོས་པོ་རྣམས། བདེན་  
 སྟོང་རྒྱ་མའི་ངེས་ཤེས་ཀྱིས། ཁངས་རྒྱས་སྟོད་ཡུལ་ཉིད་ལ་འཇུག་ དེ་བྱིར་  
 རང་སྤང་ངེས་མེད་དང་། རྒྱ་ཆད་བྱོགས་ལྟར་བྲལ་བ་དང་། གཞི་དབྱིངས་  
 བསམ་གྲིས་མི་བྱལ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་དང་། རྟོང་སྟོང་བྱུང་  
 ཏུ་འཇུག་པ་སོགས། གྲུབ་མཐའི་ཆོས་རྟེན་ཅམ་འདིའི་དོན། ལེ་བརྒྱར་  
 བསྒྲིམས་ཏེ་བསམ་བྱས་ཀྱང་། སྟོན་གོམས་སྒྲིན་པའི་རྒྱ་མེད་ན། སྟོ་ཆེན་  
 རྒྱུངས་པ་མི་དམན་མོད། ཐུགས་སུ་རྟུང་པ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་བྱིར་གྲུབ་མཐའ་  
 མཐའ་དག་གི། གཏིང་ཐུག་གང་དུ་གཞིལ་བ་ཡི། བརྒྱ་ཐུག་ཆོས་ཀྱི་ལེགས་  
 བཤད་ཀྱང་། འབབ་པའི་མཚོ་ཆེན་འདི་མདུག་ཏུ། རྟོང་རྩལ་གཞན་རྣམས་  
 མ་ངེས་ཤིང་། འཇུར་བ་དག་དང་བཅས་ཏེ་སྤང་། མཐར་ཐུན་བྱུང་འཇུག་  
 ཡེ་ཤེས་ནི། བསྐྱེད་དོན་གཟིགས་འཇུར་བ་མེད། །

༥ སྟོན་བྲལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་ལ། ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་དབྱུང་པའི་ཆོ།  
 རྩ་རབས་པ་རྣམས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ། དབུ་མའི་རང་ལུགས་ཡིན་མིན་དང་།  
 ཡོད་མེད་ལ་སོགས་ཅིར་ཡང་ནི། མེད་བྱིར་ཁས་ལེན་མེད་པར་འདོད། །

རང་གཞུང་རྒྱལ་ཁབ་ལམ་ལམ་འབྲས་དང་། ཉེན་འབྱུང་གྲུབ་མཐའི་རྒྱལ་བཞག་  
 གྲུག། །ཁས་སྤང་རང་ལུགས་ཡོད་བཞིན་དུ། བཟ་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་གཞན་ངོ་  
 ལ། །སྒྲེལ་བ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀར་འགལ། །སྒྲོང་ཆེན་རབ་འབྱམས་འདི་  
 སྒྲིབ་དུ། །དབུ་མར་ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་ལ། །སྤྱི་རབས་བ་རྒྱལ་སྒྲིབ་སྤྱི་གས་རེར་  
 འཛིན། །ལུགས་རེར་སྒྲིབ་ཡོན་གཉིས་རེ་གནས། །དེས་ན་རང་གིས་བཞེད་  
 བ་ལ། །དོན་དམ་གནས་ལུགས་གཞལ་བའི་ཆོ། །གཤིས་ལ་ཅིར་ཡང་མ་  
 གྲུབ་ལྟར། །ཁས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལེན་པར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་གྲུབ་མཐའ་གནས་  
 ལུགས་ཀྱི། །ཁས་ལེན་ཡིན་ཕྱིར་རྩོད་སྐྱོལ་ཆོ། །གཤིས་བཞིན་ཁས་ལེན་  
 ཅི་ཡང་མེད། །རྗེས་ཐོབ་ལམ་འབྲས་གྲུབ་པའི་མཐའ། །རི་ལྗང་རི་སྒྲིབ་རྒྱལ་  
 བཞག་རྒྱལ་ས། །མ་འདྲེས་སོ་སོར་ཁས་ལེན་འདོད། །ཕྱིན་ཆད་ཚུལ་འདི་སྒྲིབ་  
 ཤེས་ན། །ཁོ་པོའི་ལེགས་བཤད་མཐུ་ཡིན་གསུངས། །དེར་བརྟེན་གངས་  
 ཅན་མཁས་པ་འགས། །རང་ལུགས་ཁས་ལེན་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་སྤྱི་གས། །ཁོ་ན་ཡང་  
 ཡང་ཆེས་ཆེར་བསྐྱབས། །དེ་ཡང་སྐབས་གན་མ་བྱེས་ན། །གཤིས་དོན་ཅིར་  
 ཡང་མ་གྲུབ་བྱེད། །མཐའ་གཅིག་ཁས་ལེན་ཡོད་པའང་དགལ། །དབུ་མ་  
 རང་གི་ལུགས་ཞེས་བ། །དབུ་མའི་གྲུབ་མཐའ་མཐའ་མཐའ་ཐུག་དོན། །རི་ལྗང་  
 གཞལ་ཉིད་ཡིན་དགོས་ཏེ། །དེ་ལས་གཞན་པ་རང་ལུགས་མིན། ཅི་སྒྲིབ་  
 དབུ་མ་རང་གིས་ནི། །གཞལ་ན་དེ་མ་གྲུབ་བྱེད་རོ། །དེས་ན་དེས་ཁས་སྤངས་  
 ཡིན་ན། །རང་དབང་དབྱུང་ནས་ཁས་སྤངས་བར། །རིགས་པས་འཕུལ་རུས་

ཉིད་གྱི་ཕྱིར། །ཁས་སྤངས་པ་དེ་དོན་དམ་པར། །བྱུང་ཅིང་དབྱུང་བཟོད་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར། །རང་ལུགས་ཁས་ལེན་མ་ཡིན་ན། །རང་ལ་ཁས་ལེན་ཡོད་  
 བ་འགལ། །རང་ལ་དབྱུང་དང་མ་དབྱུང་བའི། །ཁས་ལེན་གཉིས་ནི་ཡོད་  
 གྱུར་ཅིང་། །གཉིས་ཀ་ངེས་པར་བདེན་གྱུར་ན། །རང་ལུགས་ཁས་པ་དེ་གཉིས་  
 གོ། །རེ་རེ་ཡིན་ནམ་གཉིས་ཀ་ཡིན། །རེ་རེ་ཡིན་ན་ཅིག་གོས་འགལ། །ཡོད་  
 བ་ཁས་སྤངས་མ་ཡིན་ལ། །མེད་པར་ཁས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །ཡོད་ཅེས་བྱ་  
 བའི་ཁས་ལེན་ནི། །ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། །མེད་པ་ཁོན་ཁས་སྤངས་  
 ཕྱིར། །གཉིས་ཀར་རང་གི་ཁས་སྤངས་ན། །དབྱུང་མི་བཟོད་པ་བསལ་ནས་  
 གུ། །རིགས་པས་གཞོད་མེད་ཁས་ལེན་པ། །མིན་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་དབྱུང་  
 བཟོད་འགྱུར། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་གཉིས་གོ། །ཚོགས་པ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །  
 ཚོགས་ན་དབྱུང་བས་རྟོགས་ན་ཡང་། །མ་དབྱུང་དུས་བཞིན་ཡོད་རྟོག་ཉིད། །  
 ཡོད་ཕྱིར་དབྱུང་བས་ཅི་ཞིག་པན། །ཀུན་རྫོབ་དབྱུང་གྲུབ་རིགས་མ་ཡིན། །  
 དགག་བྱ་བཅད་པའི་མེད་དགག་ལས། །ལྟག་པའི་གནས་ལུགས་མེད་གྱུར་  
 བ། །འཛིན་སྤངས་དེ་ལ་སྤང་བའི་ཆ། །སྐབས་མི་ཐོབ་ཕྱིར་མཐའ་གཅིག་  
 ཏུ། །ལྟ་སྟོམ་སྟོད་པའི་སྐབས་ཀུན་གྱང་། །མེད་པར་ལྟ་བའི་ཡིད་ཅན་དུ། །  
 ཅི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་གནས་ལུགས་དང་། །རྗེས་མཐུན་ནམ་ཡང་གོ་མས་དགོས་  
 ཕྱིར། །དེས་ན་ཀུན་མཁྱེན་བཞེད་པ་བཞིན། །རང་ལུགས་འདི་ལྟར་གས་  
 བར་བྱ། །དབུ་མ་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ན། །བྱང་འཇུག་དབུ་མ་ཆེན་པོ་འཇུག།

སྒྲིབ་བྲལ་དཔུ་མ་ཡིན་དགོས་ཏེ། །འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དང་། །  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གཏན་ལབ་ནས། །ཡོད་མེད་ལ་སོགས་མཐའ་རྒྱུ་ས་  
 ཀྱུ། །ཉིར་ཞིའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །སྟོང་པ་འབའ་ཞིག་ཡུལ་བྱེད་  
 པའི། །ལམ་དེ་བདེན་གཉིས་ཕྱོགས་གཅིག་ལ། །ལྷུང་བྱིར་ཉི་ཆེའི་ལྟ་བ་དེ། །  
 ཟུང་འཇུག་དང་ནི་སྒྲིབ་བྲལ་མིན། །ཟུང་འཇུག་ཡོད་དང་མེད་པའམ། །སྤང་  
 དང་སྟོང་པ་མཉམ་ཉིད་ཀྱང་། །འདི་ནི་དོན་དམ་སྟོང་པའི་དབྱིངས། །འབའ་  
 ཞིག་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིབ་པ་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པའི། །དམིགས་  
 པའི་རྒྱུ་པ་ཐམས་ཅད་དེ། །འདི་ནི་མེད་པའི་སྒྲིབ་པ་དང་། །མ་བྲལ་དེ་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར། །དེས་ན་དཔུ་མ་ཆེན་པོའི་ངོར། །ཁས་ལེན་ཅི་ཡང་ཡོད་  
 མིན་ཏེ། །དེ་ཡིས་སྤང་སྟོང་མཉམ་ཉིད་དུ། །རྟོགས་སྤང་ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་  
 སོགས། །དགག་སྒྲུབ་སྒྲིབ་ཀྱན་བྲལ་བས་ན། །གནས་ལུགས་དོན་བཞིན་  
 ཆོས་ཀྱན་ཀྱང་། །ཁས་སྤང་རིགས་པས་མི་བྱུབ་ཕྱིར། །གང་དུ་ཁས་ནི་ལེན་  
 མི་བྱེད། །དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་དོན། །ཁས་ལེན་མེད་ཀྱང་སྤང་  
 རྒྱལ་ལ། །ཐ་སྟོང་བདེན་གཉིས་སོ་སོར་ཡང་། །ཁས་སྤང་ཡོད་དེ་དེ་གཉིས་  
 ཀྱང་། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་གནས་ལུགས་ལ། །སྒྲིབ་ན་སོ་སོའི་སྤང་  
 རྒྱལ་ཅམ། །དབྱེར་མེད་དོན་མཐོང་ཡེ་ཤེས་ལ། །སྒྲིབ་ན་ཆད་མ་གཉིས་པོ་  
 ཡང་། །ཉི་ཆེའི་གནས་ཡིན་དེ་གཅིག་གིས། །བདེན་གཉིས་འཛིན་པ་མི་སྤྱིད་  
 ཕྱིར། །དེས་ན་ཐ་སྟོང་དོན་དམ་གྱི། །ཆད་མ་གཉིས་པོ་ཤེས་རབ་སྟེ། །བུམ་

སོགས་དེ་གཉིས་ཀྱིས་གཞལ་ན། འོ་བོ་གཉིས་ནི་རྟེན་ན་ཡང་། གཅིག་ཆེ་  
གཅིག་ནི་ཡོད་མིན་པས། ཁོ་སྒྲུའི་སྒྲོ་ལ་བདེན་པ་གཉིས། དེས་འཛིག་ཚུལ་  
ལས་མི་སྒྲུང་བྱིར། ཁོ་སོ་གཞལ་བའི་ཁས་ལེན་གཉིས། ཡོད་པ་ཉིད་དུ་  
གྲུབ་པ་ཡིན། འོ་ན་ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་དང་། བདེན་གཉིས་ཁས་ལེན་  
ནང་འགལ་ཚུལ། ཁོང་དུ་གཞན་ལ་ངེ་བརྗོད་པ། རང་ལའང་མཚུངས་  
བར་ཐལ་ཞེ་ན། དེད་ཀྱིས་བྱད་པར་བྱེས་ནས་སྟ། ཤན་འབྱེད་ལམ་གྱི་  
དབུ་མ་དང་། དངོས་གཞི་མཉམ་བཞག་དབུ་མ་གཉིས། རགས་དང་སྒྲ་  
བའམ་རྒྱ་འབྲས་སམ། རྣམ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་གནས་སྐབས་ཀྱི། དབུ་མ་ཆེ་  
ཆུང་བྱད་བྱེས་ནས། བཤད་བྱིར་སྒྲོན་དེ་ག་ལ་འཇུག དེས་ན་དབུ་མ་ཆེན་  
པོ་ལ། ཁས་ལེན་མེད་པ་རང་གི་ལུགས། མཐར་ཐུག་དེ་ཡིན་རྗེས་ཐོབ་ལ། བདེན་གཉིས་སོ་སོར་སྒྲུང་བའི་ཆེ། བདེན་གཉིས་སོ་སོའི་ཆོད་མ་ཡིས། གཞལ་བའི་དགག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། འོག་ཁྱོག་རེ་རེ་དགག་པའི་ཆེད། ཡིན་གྱི་གཤིས་ལ་དགག་སྒྲུབ་དུ། ཁས་སྒྲུང་གང་ཡང་མེད་པའི་བྱིར། གཤིས་ལ་བདེན་པ་གཉིས་པོ་ཡང་། དེས་སྟ་ཆད་པ་ཡོད་མེད་པས། ཁས་ལེན་གཉིས་པོ་གང་ལྟར་ཡང་། བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར། གཉིས་ཀར་ཡང་ནི་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱང་། སྒྲུང་ཚུལ་ཙམ་གྱི་དབང་བྱིར་དང་། གནས་སྐབས་གཉིས་ཀ་སོ་སོ་ན། བདེན་དེ་འགལ་བ་མེད་པའི་བྱིར། དབྱུད་བཟོད་ལ་སོགས་སྒྲོན་མི་འབབ། དངོས་པོ་འང་དབྱུད་པར་མི་བཟོད་དེ། དངོས་མེད་



ཀྱང་ནི་དབྱུང་མི་བཟོད། །མཐར་ཐུག་གཉིས་ཀ་མཚུངས་པ་ལ། །གནས་  
སྐབས་ལྟོས་ཏེ་བརྟགས་པ་ཙམ། །མ་བརྟགས་གྲགས་པས་ཡོད་ཙམ་དེ། །  
སྒྲུང་ཚུལ་ཡིན་གྱི་གནས་ཚུལ་མིན། །བདེན་མེད་དཔྱོད་པའི་རིག་ཤེས་ཀྱིས། །  
མཐོང་བ་གནས་ཚུལ་དོན་དམ་འདོད། །དེ་ཡང་ཀྱན་རྫོང་ལ་ལྟོས་པའི། །དོན་  
དམ་ཡིན་གྱི་མཐར་ཐུག་ལ། །ལྟོས་ན་དོན་དམ་རྣམ་གྲངས་ཙམ། །གནས་  
སྒྲུང་ཕན་ཚུན་འགལ་བ་ན། །བདེན་གཉིས་ཐ་དད་སྒྲིན་བཞི་འབབ། །གནས་  
སྒྲུང་ཕན་ཚུན་གཞན་མིན་ན། །བདེན་གཉིས་གཅིག་པའི་སྒྲིན་བཞིས་གནོད། །  
ཚུལ་དེས་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་གྱང་། །གནས་ཚུལ་སྒྲུང་ཚུལ་ཙམ་ཡིན་  
གྱི། །རྒྱ་འབྲས་ཉིད་དུ་འདོད་བ་ནི། །ཐེག་པ་ཆུང་དུར་ཤེས་པར་བྱ། །གནས་  
སྒྲུང་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ། །ཁས་སྒྲུངས་མེད་བྱིར་སེམས་ཅན་ནི། །སངས་  
རྒྱས་ཡིན་ན་སྒྲུང་དུང་དང་། །ལམ་དང་རྒྱུ་བ་པ་དོན་མེད་དང་། །རྒྱ་ལ་འབྲས་  
གནས་ཁས་ལེན་སོགས། །རིགས་པས་གནོད་པ་རྣམ་ཀྱན་མེད། །གནས་  
ཚུལ་གང་ཡིན་སྒྲིབ་པ་ཡིས། །བསྒྲིབས་བྱིར་ཉེ་བར་མི་སྒྲུང་བས། །ལམ་ལ་  
འབད་པར་བྱེད་པ་ནི། །རང་གཞན་གཉིས་ཀས་འདོད་པ་ཉིད། །བདེན་གཉིས་  
འགལ་བ་མེད་པའི་བྱིར། །ཡོད་དང་མེད་ཅེས་ལྟ་བ་ཡི། །ཁས་ལེན་གཉིས་  
པོའང་རི་ལྟར་འགལ། །ཕན་ཚུན་གཅིག་པའང་མིན་པའི་བྱིར། །ཁས་སྒྲུང་  
གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག། །དེ་བྱིར་རི་སྤྱིད་བདེན་པ་གཉིས། །སོ་སོར་སྒྲུང་  
བ་དང་བཅས་པའི། །སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱི་བར། །དེ་གཉིས་རྣམ་ཀྱན་

སྟོབས་མཚུངས་པས། །མཐའ་གཅིག་ཁས་ལེན་ཡོད་མིན་ཏེ། །མེད་ཅེས་  
བདེན་སྟོང་ངེས་པ་དང་། །ཡོད་ཅེས་སྒྲུང་ཆ་ངེས་པ་གཉིས། །རེས་འཛིག་  
ཆད་མ་གཉིས་ཀྱིས་ནི། །གཞལ་ཆེ་སོ་སོས་སྟེད་དོན་ནམ། །མཐོང་དོན་བདེན་  
པ་གཉིས་ཞེས་བརྗོད། །དེ་གཉིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ། །མིན་ཕྱིར་དེ་གཉིས་  
མཐའ་གཅིག་ཏུ། །གཅིག་སྒྲུངས་གཅིག་ནི་གཟུང་མི་རུང་། །དེ་གཉིས་ལ་  
དབྱེད་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །ཁས་ལེན་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་དཔེར། །མཐར་ཐུག་ཆོས་  
རྒྱ་འཕྲོག་པའི་ཆེ། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་མ་ལུས་པ། །ཐ་སྟོད་དབང་དུ་  
འགག་ཅེས་བྱ། །དམ་པའི་དོན་དུ་འགག་པའང་མེད། །མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་  
གཞུང་ཀུན་ན། །དགག་སྒྲུབ་རྣམ་པ་རི་སྟེད་པ། །ལ་ལ་དོན་དམ་ཁས་ལེན་  
ཏེ། །ལ་ལ་ཀུན་རྫོབ་དབང་དུ་གསུངས། །དོན་དམ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་ན། །  
ལམ་དང་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་སོགས། །མེད་ཅེས་སྒྲུབ་ར་རུང་མོད་ཀྱི། །  
ཀུན་རྫོབ་ཉིད་ལ་ལྟོས་མེད་དུ། །དེ་གཅིག་ཁོ་ནར་མི་འགྱུར་ཏེ། །མེད་ཀྱང་  
འཁོར་འདས་སྒྲུང་ཆ་ཀུན། །སྒྲུང་བར་མདོན་སུམ་གྲུབ་པའི་བྱིར། །ཐ་སྟོད་  
ཆད་མའི་དབང་བྱས་ནས། །ལམ་དང་སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་སོགས། །ཡོད་  
ཅེས་བརྗོད་པར་རིགས་མོད་ཀྱི། །དོན་དམ་ཉིད་ལ་ལྟོས་མེད་དུ། །དེ་གཅིག་  
ཁོ་ནར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཡོད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར། །དབྱེད་བ་ཆད་མས་  
ངེས་པའི་བྱིར། །དེས་ན་དེ་གཉིས་ནམ་དུ་ཡང་། །གཅིག་མེད་གཅིག་ཡོད་  
སྟེད་མ་ཡིན། །གཉིས་ཀ་སྟོབས་མཚུངས་བདེན་གྱུར་ཆེ། །དངོས་པོ་མི་སྟོང་

འགྲུར་ཞེན། གཉིས་ཀའང་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་དང་། ཡུལ་གཉིས་དོན་  
 གྱིས་ཐ་དད་པ། མ་ཡིན་སྒྲུང་བ་དེའི་ངོ་བོ། རྟོང་ཕྱིར་མི་རྟོང་ག་ལ་ཡིན། །  
 གཉིས་ཀ་མཚུངས་པར་སྒྲུང་དེའི་ཕྱིར། རྟོང་པར་གྲུབ་སྟེ་སྒྲུང་མེད་ན། རྟོང་  
 པའང་ཅི་ཡིས་ཤེས་པར་འགྲུར། དེས་ན་གཉིས་ཀ་མི་འགལ་བར། ཡན་  
 ཚུན་རྒྱ་འབྲས་སུ་འཆར་ཞིང་། གཅིག་ཡོད་གཅིག་ལ་ངེས་ཤེས་ན། ཁམ་  
 ཡང་འདྲ་འབྲལ་མེད་པའམ། གང་ལ་གང་གིས་མ་བྱུང་བ། མེད་ཕྱིར་གང་  
 ལྟར་གཞལ་ཡང་བདེན། སྒྲུང་བ་རྟོང་པར་ཤེས་པ་ཡིས། སྒྲུང་བ་བདེན་  
 པ་མེད་པར་རྟོགས། རྟོང་པ་སྒྲུང་པར་ཤེས་ན་ཡང་། རྟོང་པ་བདེན་པར་  
 ཡོད་མི་རྟོགས། དེ་ཕྱིར་འདྲ་འབྲལ་མེད་མཐོང་ཆོ། བདེན་པར་ནམ་ཡང་  
 སྒྲུང་མི་ལྟོག། གང་སྒྲུང་དེ་ཡི་གནས་ལུགས་ནི། རྟོང་པ་ཡིན་ཕྱིར་འདྲ་འབྲལ་  
 མེད། སྒྲུང་བ་སྒྲུངས་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ། རྟོང་པ་ཡན་གར་མི་འགྲུབ་ཕྱིར། །  
 དེས་ན་རི་མིན་ངེས་འཛོག་གིས། བདེན་གཉིས་བསྒྲུབ་པ་ཤེས་རབ་སྟེ། །  
 གཉིས་སྒྲུང་འཁོར་བའི་སྐབས་འདིན། བེམས་དང་བེམས་བྱུང་གཡོ་བ་ཡིས། །  
 ཡེ་ཤེས་ཉེ་བར་མི་སྒྲུང་ཕྱིར། དབྱུང་པའི་ཤེས་རབ་དྲི་མེད་གཉིས། སྒྲུང་  
 སྒྲུང་མེད་པར་གཟུང་བྱ་སྟེ། གང་ཆོ་གཅིག་མ་ཆོང་གྱུར་ན། དེ་གཉིས་ལས་  
 བྱུང་བྱུང་འཇུག་གི། ཡེ་ཤེས་ངེས་པར་མི་སྒྲུང་སྟེ། གཙུབ་ཅིང་གཙུབ་སྟན་  
 གང་རུང་དང་། བྲལ་བའི་མེན་འབྱུང་མིན་བཞིན། དེས་ན་ཐབས་དང་རྟོང་  
 པ་ཉིད། ཡ་བྲལ་ཡང་དག་ལམ་མིན་ཞེས། རྒྱལ་དང་བརྒྱུད་འཛིན་གྱིས་

གསུངས་ཕྱིར། །རྒྱ་གཉིས་འདི་སྤངས་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །སྤྱི་བའི་ཐབས་གཞན་  
མི་སྤྱོད་དེ། །ཡེ་ཤེས་རང་གི་ངོ་བོ་ནི། །བསམ་བརྗོད་འདས་ཕྱིར་བརྟ་ཐབས་  
དང་། །ཆོག་ཙམ་དག་གིས་མཚོན་བ་ལས། །དངོས་སུ་བསྟན་བར་མི་རུས་  
པས། །སྤྲུགས་སུ་ཆོག་དབང་ཞེས་གསུངས་ཏེ། །དོན་རྟོག་པོའི་རྒྱུད་སྟོགས་  
སུ། །ཆོག་དང་ཐབས་ཀྱི་སྟོན་ས་བསྟན། །འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཏེ། །དེ་ལྟར་གཞན་ལ་མ་སྟོན་པར། །གཟུང་བར་རུས་བ་མ་ཡིན་པའི། །  
བདེན་གཉིས་ལམ་གྱི་དབུ་མ་བསྟན། །བདེན་གཉིས་ཚུལ་གྱིས་དབྱད་པའི་  
འབྲས། །ཟུང་འཇུག་ཉིད་ཏུ་གྲུབ་རུས་པ། །དེས་ན་བདེན་གཉིས་གཏན་  
འབེབས་ཆེ། །སྤྲོད་སྤྲོད་དགག་བྱ་འགོག་བྱེད་ཀྱི། །ཚུལ་ཏུ་རེས་འཛིག་ལྟ་  
བུར་བསྟན། །དེ་འབྲས་ཟུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཉིད། །རྒྱུད་སྟོན་རྣམས་གངས་ཏུ་  
མས་བསྟན། །དེས་ན་དབུ་མའི་ལུགས་ཐམས་ཅད། །བདེན་གཉིས་ཚུལ་གྱིས་  
རྣམས་བར་བཞག། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་མ་བརྟེན་པར། །ཟུང་འཇུག་ཁོང་ཏུ་  
རྒྱུད་མི་འགྱུར། །རྒྱལ་བས་རི་སྟེན་གསུངས་པ་ཡང་། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་  
ཡང་དག་བརྟེན། །དེ་ཕྱིར་བདེན་གཉིས་སྟོན་ཡི། །ཁས་ལེན་དང་བཅས་  
དབུ་མ་དེ། །འབྲས་མིང་རྒྱལ་བཏགས་པ་ཡི། །རེས་འཛིག་དབུ་མ་རྒྱུད་ཏུ་  
ཡིན། །ཁུང་པོ་རྣམས་དབྱད་སྟོང་པ་ཉིད། །དགག་བྱ་བཅད་པའི་མེད་དགག་  
ཙམ། །དེ་ལ་སྟོན་ན་མེད་ཅེས་པའི། །ཁས་ལེན་ཡང་ནི་ཡོད་པ་ཡིན། །རྒྱུམ་  
ལམ་གྱི་དབུ་མ་དེས། །བདེན་གཉིས་རི་ལྟར་ཁས་སྤངས་པ། །གཉིས་ཀ་རང་

གི་ལྷགས་ཡིན་གྱི། འོན་དམ་རང་ལྷགས་བྱས་ནས་སུ། ཀྱུན་རྫོབ་གཞན་  
 རོར་སྐྱེལ་བ་མིན། ཡིན་ན་རང་ལྷགས་འོན་དམ་པ། རྒྱུད་རྒྱུད་པོ་རུ་གྱུར་  
 བས་ཀྱང་། གཞི་ལམ་འབྲས་སུའི་སྒྲུང་བ་ཀྱུན། འབྲུལ་བ་སྤང་བུ་ཁོ་ན་  
 ཞེས། སྐྱར་བ་འདེབས་ཤིང་མཐར་ཕྱིན་ཆོ། སྐྱིབ་བྲལ་དབྱིངས་སྒྲོང་འབའ་  
 ཞིག་ཙམ། ལྷག་མར་ལུས་ནས་མཐུན་གཉིས་སོགས། མེད་འདོད་ཉན་རང་  
 རང་ལམ་གྱི། ལྷག་མེད་མུང་འདས་འདོད་ཇི་བཞིན། འདིར་ཡང་མར་མེ་  
 རྒྱུན་ཆད་དང་། འོན་བྱུང་མེད་ཕྱིར་བྱུང་འཇུག་དབྱིངས། མེད་པར་སྐྱར་  
 འདེབས་ནམ་མཁའ་དང་། འདྲ་བའི་ཡིད་ཅན་ཤུ་ཡི། བསྟན་པའི་རྒྱན་  
 པོ་དམ་པའི་ཆོས། འཛིག་པའི་སྐྱེས་སུར་རྒྱལ་བས་གསུངས། རིགས་པས་  
 ཀྱང་ནི་དེ་འདྲའི་ལྷགས། ཡོད་ལ་མེད་པར་སྐྱར་བའི་ཚུལ། ཡིན་པར་ངེས་  
 ཤེས་རྟོ་རྟོ་མེས། ལྷ་རན་རི་པོ་བརྒྱག་པར་བྱས། འེས་ན་དབུ་མའི་གཞུང་  
 ཀྱུན་ཏུ། ཤེས་རབ་རྒྱ་ཡི་དབུ་མ་ཉིད། རིགས་པས་དབྱུད་ཅིང་མ་གྱུབ་  
 པར། འབྲས་སུ་བྱུང་འཇུག་མི་གྱུབ་ཕྱིར། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ནི། རིགས་  
 པས་གཏན་ལ་ལབ་ན་ཡང་། འབྲས་སུ་བདེན་པ་དབྱེར་མེད་དུ། གྱུབ་པ་རྒྱ་  
 འབྲས་ཐེག་པའི་བཅུད། འདྲིའི་ཡེ་ཤེས་དེ་དག་ནི། རེས་འཛིག་  
 ཚུལ་གྱིས་མཐའ་གཉིས་ལ། མི་གནས་སྒོ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར། དབུ་མ་  
 ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་འདྲ་ཡིན། རི་སྤྱིད་རེས་འཛིག་ཚུལ་གྱིས་ནི། ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་  
 མ་རེག་པར། རྒྱལ་བ་ཀྱུན་གྱི་དགོངས་པའི་མཐིལ། མཐར་ཐུག་དབུ་མ་

ཆེན་པོ་མིན། །གཙུབ་ཅིང་གཙུབས་པའི་མེ་བཞིན་དུ། །བདེན་གཉིས་ཤེས་  
རབ་དྲི་མེད་ཀྱིས། །དངས་པ་བྱུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་  
ལ་སོགས་པ། །མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་ཀུན་ཉེར་ཞི་བའི། །འཕགས་པའི་མཉམ་  
བཞག་ཡེ་ཤེས་ཉིད། །བྱུང་འཇུག་འབྲས་བུའི་དབུ་མར་བཞག། །བདེན་གཉིས་  
སྒྲིགས་སུ་མ་ལྟར་བ། །དེ་ལ་རྗེས་ཐོབ་ཤེས་རབ་ཀྱིས། །སྤང་སྟོང་བྱུང་དུ་འཇུག་  
པ་ཞེས། །བདེ་ཙམ་སྒྲོ་ནས་བཞག་མོད་ཀྱི། །མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་  
པོའི་ངོར། །སྤང་དང་སྟོང་དང་བྱུང་འཇུག་གི། །ངོ་བོར་དམིགས་སུ་ཡོད་མ་  
ཡིན། །སྤང་བ་ཐ་སྟད་ཆད་མའི་ཡུལ། །སྟོང་བ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཡུལ། །  
བྱུང་འཇུག་དེ་གཉིས་འདྲས་པའི་ཆ། །དེ་རྣམས་སྒྲློལ་ཡུལ་ཡིན་ཟླུར། །དེ་  
ལས་འདས་པའི་མཉམ་བཞག་ནི། །སོ་སོ་རང་གི་ཡེ་ཤེས་ཙམ། །སྤང་བཅས་  
སྤང་མེད་ལ་སོགས་གྲང་། །དེ་བཞིན་རིག་པས་མི་འགྲུབ་པོ། །དེས་ན་རི་སྤྱིད་  
རེས་འཛོག་གི། །བདེན་གཉིས་བསྒྲོམ་པ་ཤེས་རབ་སྟེ། །ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་  
མེད་པར་ཡང་། །བྱུང་འཇུག་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པའི་ཆེ། །ཡུང་པོ་དགག་བྱ་རྣམ་  
དཔྱད་ཀྱིས། །བཅད་པའི་མེད་དགག་སྟོང་རྒྱང་ལས། །འདས་ཏེ་འཇོག་དང་  
དགག་བྱ་ཡི། །ཚུལ་དུ་སོ་སོར་མི་སྤྲོད་བ། །སྤང་ཆ་ཐབས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་། །  
ལྟན་པ་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྟན་གྱི། །སྟོང་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་ཆེན་པོ་དང་། །ལྟན་  
སྒྲིག་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སོགས། །མཆོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་མང་མང་འད་བ། །སེམས་  
འདས་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཟླུར། །རྟོག་པ་གཞན་གྱིས་བསམ་མི་བྱུང་། །དེ་ནི་

སྒྲུ་རྟོག་ཡུལ་མིན་ཕྱིར། མེད་དགག་མ་ཡིན་དགག་སོགས་དང་། བ་དང་  
 དང་ནི་སྒྲུང་སྟོང་སོགས། འིས་སྒྲུ་ཆད་པ་མེད་པ་སྟེ། སྒྲུ་ཆད་སྟོགས་ལྟར་  
 བལ་བས་ན། ཁས་ལེན་ཡོད་མེད་ལས་འདས་གྲང་། ཞེ་མི་བྱུང་དུ་ཞུགས་  
 པ་ཡི། རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གནས་མེད་སྒྲུང་། འདྲ་རྒྱུ་ཁས་ལེན་ལས་འདས་  
 པ་ཡི། སྒྲོ་སྒྲུང་དང་བལ་དམ་པ་འདོན་། འབྱེད་ས་རིག་འདུ་འབྲལ་མེད་པ་འདི་  
 རྒྱལ། འདི་ཞེས་མཚོན་བརྗོད་མེད་པར་འདོད། འོན་གྲང་བསམ་མིན་བྱེད་  
 བོ་ལྟར། སྒྲུ་ཡིས་རྟོགས་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱི་མེད་རིག་པས་དབྱེད་པ་ཡིས། རང་བྱུང་སོ་སོ་རང་རིག་པ་ཡི།  
 རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་འདི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། འཇམ་ཤེས་  
 ཚོས་ཀྱི་མར་མེན། བེ་ཚོས་སྒྲུག་དང་བལ་བ་དག མཛོན་སྒྲུམ་སྒྲུང་བ་ཡོད་  
 ཕྱིར་རོ། མཛོད་ལམ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས། གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་  
 ཅིས་ཟེན་པར། བྱེད་ཀྱི་འདིར་ནི་ཐབས་ཤེས་ཉིད། འདུ་འབྲལ་མེད་པར་  
 རྟོགས་ཐོས་ཉིད། སྒྲོས་བལ་དབུ་མ་ཆེན་པོ་དང་། འོད་གསལ་ལྗོགས་  
 པ་ཆེན་པོ་གཉིས། འོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། འདི་ལས་ལྷག་པ་འདི་  
 ལྟ་བུ་མེད། ཁང་ཕྱིར་སྒྲུང་སྟོང་རེས་འཛིག་ཏུ། འཛིན་མེད་མཐའ་བཞིའི་  
 སྒྲོས་པ་དང་། བལ་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་གྱུར་ན། སྒྲོས་དང་བཅས་པ་ཉིད་  
 ཕྱིར་རོ། འོན་གྲང་མཛོད་ལས་བྱུང་འཇུག་དོན། འབྱེད་བསམ་གཏན་ལ་ཐབ་  
 པ་ཉིད། ཞུགས་སུ་རང་གི་རིག་དབྱེད་སྒྲུ། ཐད་ཀར་སྟོང་བསམ་གྲུབ་པ་  
 ཡིན། འདི་ཕྱིར་དབུ་མ་ཞེས་པ་ཡང་། བདེན་གཉིས་སོ་སོར་དབྱེད་པ་ཡི།

ཤེས་རབ་ལམ་གྱི་དབུ་མ་དང་། །དེས་དྲངས་བདེན་གཉིས་རོ་གཅིག་པའི། །  
ཟུང་འཇུག་འབྲས་བུའི་དབུ་མ་གཉིས། །རྒྱ་འབྲས་མདོ་སྒྲགས་ལྟ་བུ་སྟེ། །སྒྲ་  
མ་ཤེས་རབ་ཆ་ཡིན་ལ། །ཕྱི་མ་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ཕྱི་མ་འདི་ལ་  
ནི། །ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཡིས་བྱད་དུ་བསྒྲགས། །གནས་ལུགས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་  
དུ། །དངོས་པོ་སྟོང་པའི་གནས་ལུགས་དང་། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
གནས་ལུགས་གཉིས། །མིང་གཅིག་ན་ཡང་དོན་ལ་ནི། །བྱད་པར་གནམ་  
ས་བཞིན་དུ་མཆིས། །དེ་བཞིན་ཆོས་ཉིད་ཆོས་དབྱིངས་དང་། །སྟོང་ཉིད་སྟོས་  
བྲལ་འགོག་པའི་མཐའ། །དོན་དམ་ལ་སོགས་སྒྲ་མཚུངས་ཀྱང་། །མཐར་  
ཐུག་དང་ནི་ཉི་མོ་པའི། །བྱད་པར་ཆེ་ཕྱིར་སྐབས་སོ་སོར། །ཕྱི་ནས་མ་ནོར་  
བཤད་བྱ་སྟེ། །མེད་པ་ཡི་སྒྲ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཟབ་མོའི་དྲི་བ་བདུན། །  
ཟབ་རྒྱས་དོན་ཅན་ཆོག་རྣམས་ཀྱིས། །བཀྲལ་ཆེ་དྲི་བ་པོ་དེ་ཡང་། །ཁྱེས་བཅས་  
དག་གིས་འདི་སྐད་དུ། །ཀྱེ་མ་ཁྱོད་པའི་ཆུ་ལ་རུས་སྒྲལ་བཞིན། །གཞན་གཞུང་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་འཛིངས། །མ་མཐོང་རང་བཞིན་ཁྱོད་པས་དྲེགས་  
པའི་རོ། །ལྷུང་ལྷན་བདག་ཅག་ཁེངས་པ་གཏམ་འདིས་བསྟེལ། །རིང་གྲོང་  
ཞེས་གྲགས་འཇམ་དབལ་དབྱེས་པའི་གར། །འཕགས་མཚོག་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱ་  
མཚོ་ཆེན་པོ་ན། །སྤྱོད་ཆོག་སོར་བུའི་ཆོས་མཛོད་མང་མང་འད་། །དེ་སྤངས་  
གཞན་ལུགས་འཆིང་བུར་རེ་རྣམས་འབྱུལ། །ཆུ་བཟང་རིག་པས་རྣམ་དབྱེད་  
བསམ་པ་ཅན། །རྟག་ཏུ་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་བྱེད་པ་མེད། །དེ་ཕྱིར་རིག་ལམ་



སང་གའི་སྒྲིན་པོ་ཆེ། །བསྐྱགས་པས་མཆོ་སྐྱེས་བསྟན་པའི་རང་ལུགས་གྱི། །  
 བྱུང་པར་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་གྱར་ཅིང་། །ཕྱོགས་ངེས་དྲེགས་པའི་གཞན་  
 ཕྱོགས་སུན་འབྱེན་པ། །མི་འཕྲོག་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་ལྷ་པ་ལ། །བརྟེན་པའི་  
 གོ་སྐབས་གཞན་ལ་སྦྱིན་པར་མཛོད། །ཆོས་རྩལ་ཐོས་པ་བདུད་ཅིའི་མཆོ་  
 འདྲ་ལ། །ཟབ་མའི་དོན་གང་དེ་ཡི་ནོར་བུ་བཞིན། །དེ་དག་གང་ན་གནས་གང་  
 གྱུར་བྱ་སྟེ། །ལྟར་སྤང་གང་ཟག་རྗེས་སུ་འབྱང་མི་བྱ། །མང་ཐོས་མང་དུ་སྒྲི་  
 བས་གང་མིན་ལ། །སྐྱེས་སྤྱང་ཟབ་ཟབ་ལྟར་སྤང་དབྱུང་བས་གང་། །མི་ཡིགས་  
 ཟབ་དོན་ས་ཡོག་གཏེར་འདྲ་བ། །གང་གིས་འདི་འཛིན་སྟོ་ལྟན་ཉིད་དུ་ཤེས། །  
 སྟོ་གཏེར་འབྲམ་ཕྱག་ནོར་བུའི་སྟོད་ཉིད་དུ། །བདག་སྟོ་ཟབ་ཡངས་རྒྱ་མཆོ་  
 ཆེར་བསྐྱབས་པའི། །གདམས་པའི་ལེགས་བྱས་སྟོང་བའི་དུས་རིག་ནས། །  
 གྲུ་དབང་དཔལ་གྱི་རྒྱ་མཆོར་དགའ་བཞིན་འཁུངས། །གང་ལས་བབས་པའི་  
 ལེགས་བཤད་རྒྱ་ཁྱུང་གིས། །རྣམ་དཔྱོད་སྟོ་ཡི་རྒྱ་མཆོ་ཁྱོན་ཡངས་པར། །  
 ངེས་རྟོགས་དེ་ཡི་འབྱུང་གནས་གྲུ་དབང་ནི། །རིག་འཛིན་བརྒྱད་པའི་ཞལ་  
 ལུང་ཉིད་དུ་རྟོགས། །མཁའ་མཐའ་རྒྱུ་གིས་འདྲན་ཞིང་ཐོས་པའི་བརྟུང་། །  
 སྟིང་ལ་ཀུན་པན་བདུད་ཅིའི་དབྱིད་ཉིད་དུ། །ལེན་པའི་མཐུ་ཆེན་སྟོ་ལ་ཐོབ་  
 མཛད་པའི། །དོ་མཚར་ཆོས་གྱི་མར་མེགས་ལ་བར་མཛོད། །དེ་སྐད་ཟེར་ཞིང་  
 གུས་བརྟུང་ཆོ། །དང་སྤང་དེ་ཡིས་དེ་ལ་ཡང་། །ཟབ་མིན་ཟབ་རྒྱས་སུ་བསྐྱབ་  
 པ། །གོང་གི་དོན་བསྐྱས་འདི་ལྟར་གདམས། །ཆོས་མཆོག་སང་གའི་འོ་མ་

ནི། གྲོ་གོས་སྒྲིབ་བཟང་ཁོ་ནས་འཛིན། གཞན་དུ་འབད་ཀྱང་མི་གནས་  
ལྟར། འདི་ཤོད་སྒྲིབ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། ལ་ནི་མ་སྐྱེས་ཆོས་ཀྱི་སྒོ། ར་ནི་  
རྩལ་དང་བྲལ་བའི་སྒོ། པ་ནི་དོན་དམ་སྣང་བའི་སྒོ། ཅ་ནི་འཆི་འཕོ་སྐྱེ་བ་  
མེད། བ་ནི་མིང་དང་བྲལ་བ་ཉིད། ཁྱི་ནི་སྒོ་གོས་ཟབ་མོའི་སྒོ། སྒོ་དུག་  
དེ་དག་རེ་རེ་ཡང་། བདེན་གཉིས་ཚུལ་གྱིས་དམིགས་ནས་སྟུ། སྐྱུ་མའི་ཉིང་  
འཛིན་བསྐྱབས་བྱས་ན། མཐའ་མེད་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ཚུ། དྲུབ་ཀྱིས་སྟོ་  
བར་འདྲེན་བྱས་པའི། སྦྱིང་གའི་ནོར་བུ་དྲི་མེད་ལ། གཟུངས་སྒོ་བས་སྒོ་ཡི་  
དཔལ་དུ་འབར། མཐའ་བཞིའི་སྒོས་པ་ཁེགས་པའི་རེས་ཤེས་ཀྱི། ལམ་  
ནས་ཡིན་ལུགས་གཤིས་སྟུ་སོན་པ་ཡི། སྒོ་ལས་འདས་པ་འོད་གསལ་གཉུག་  
མའི་དབྱིངས། འཇམ་དཔལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རང་དུ་ཞོག མཐའ་བྲལ་  
ལྟ་བུའི་རྒྱལ་པོ་ཡངས་པའི་གྲོང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་བདེན་དོན་མཐོང་  
བ་ལས། མཐའ་བཞིའི་སྒོ་རན་ཐུན་པའི་སྣང་བ་ཀྱུན། རང་གིས་འགགས་  
པའི་འོད་གསལ་ཉི་མ་འཆར། གཟུང་གནས་དབྱེད་བ་དྲང་སྟོང་སྟེ། ཐོལ་  
ཐུང་རྟོག་པ་སྟོམ་བུ་ལ། དེ་དེས་དྲིས་ལན་ཚུལ་གྱིས་ནི། དཀའ་གནས་རྒྱལ་  
སྟེང་གུངས་ལྟན་བཤད། སྒོ་རྒྱང་རྟོག་གི་བདག་འདྲ་ཡིས། ཤིན་ཏུ་ཟབ་ཅིང་  
བསྐྱིང་བའི་དོན། སྒོ་ཆེན་འཕགས་པའི་ཐུགས་ནས་ཀྱང་། སྤངས་པ་བཞིན་  
དུ་འདིན་བཀོད། དེ་སྐད་སྒྲིས་པའི་ལེགས་བཤད་ཆོས་ཀྱི་ཆར། རྒྱལ་སྐས་  
བྱེ་བས་བསྟོད་ཅིང་དགའ་བཞིན་གྱིས། མཉན་པས་དོན་ཆེན་ཐོབ་པར་སེམས་

བ་ཡིས། ། གྲིས་ལ་ཡི་རངས་བདུད་ཅིའི་གོ་སྐབས་དབྱེ། ། དེ་ཕྱིར་དེ་བས་དེ་  
 ལྟར་ཡང་དང་ཡང་། ། ཟབ་རྒྱས་དོན་སེམས་དུ་མའི་དོན་དུ་ཡང་། ། ཡིད་གྱི་  
 མེ་ལོང་ངོས་ལ་ཇི་ཤར་བཞིན། ། ཟེད་འཇོའི་རོལ་བས་རྗེ་མིང་ཅན་གྱིས་སྒྲེལ། །  
 བདེ་ག་ཤེགས་ཆོས་རྩྱལ་ཟབ་མོ་ནམ་མཁའི་མཐའ། ། རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་བརྗོད་  
 བར་མི་རུས་ཀྱང་། ། ངེས་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྒྲོན་མེ་འདིར། ། བརྟེན་ན་ཐེག་  
 མཆོག་ལམ་བཟང་རྟེན་པར་རུས། ། མདྲུལྟོ། ། །

༡༡། །རྩེ་བཅུན་ས་སྐྱ་བའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་གནད་འགའ་ཞིག་  
ལ་དྲི་བ་བྱུང་བའི་དོགས་སེལ་  
བཞུགས་སོ། །

༥ ལྷ་སྐྱ་སྟེ། སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་ཆོས་སྐྱའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ།  
གྲངས་མེད་གཟུགས་སྐྱའི་སྐྱ་འཕྲུལ་ཉི་ལྷའི་གར། །འགོག་མེད་བསྐྱར་བས་  
འགོ་བློའི་ཆུ་སྟོང་དུ། །གང་འདུལ་སྟོན་མཛད་ཤུག་སེང་གེར་འདུད། །རིགས་  
ཅན་རྣམ་གསུམ་སྐྱ་ཆོགས་ཐེག་པས་བརྟུལ། །དེས་པའི་དོན་དུ་མཐར་ཐུག་  
ཐེག་གཅིག་བརྟན། །སྐགས་ཀྱི་ཐེག་པས་སྐྱལ་བཟང་སྤྱིན་པར་མཛད། །བདེན་  
གཉིས་དོན་སྟོན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འདུད། །འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་ལ་སོགས་  
རིགས་སོ་སོར། །དེས་པའི་ལམ་ཞུགས་ཟག་མེད་འབྲས་བུ་ཐོབ། །ཉན་རང་  
རྒྱལ་སྐས་འཕགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་དང་། །གྲུབ་པའི་དབང་རྒྱུག་མཆོག་  
རྣམས་གཙུག་གིས་མཛོད། །ཟང་ཟིང་ཅམ་མིན་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ལ། །  
འདུག་འདོད་བློ་གསལ་དགའ་བསྐྱེད་མང་ངམ་ཉུང་། །ཆོག་དོན་སྟིང་པོའི་  
ཕྱིད་དག་དབེན་ན་ཡང་། །སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་གསུང་དེར་དྲན་པར་བྱས་  
སོ། །ཞེས་མཛོད་བརྗོད་དང་དམ་བཅའི་ཆོག་གི་མེ་ཏོག་སྟོན་དུ་འཐོར་ནས་  
སྐབས་སུ་བབས་པའི་བརྗོད་བྱ་ནི། །གཞན་སྟོགས་ཀྱི་མཁས་པ་ཞིག་གི་དྲི་  
བ་ཚན་བརྒྱད་བྱས་པའི་ཡིག་དུམ་ཞིག་མཐོང་བ་དེ་ལ་དྲིས་ལན་མདོར་བསྟུས་

འགོད་པ་ལ། དྲི་བ་དོན་ཚན་བརྒྱད་པོ་སོ་སོར་བཀོད་ནས་ལན་ཡང་སོ་སོར་  
བྱས་ན་གོ་སླ་བས་དེ་ལྟར་བཅུད་པ་ལ། དྲི་བ་དང་པོ་ལྟ་བུ་ཞེས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་སྒྲིག་པའི་མཚན་གཞིའམ་དོས་འཛིན་གང་ཡིན། ལྟ་བུ་དེ་གཏན་ལ་དབབ་  
བྱའི་ཡུལ་ལམ་འབབས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རིགས་སམ། དེ་རྟོགས་པའི་རྟོག་པ་  
གསུམ་པོ་གང་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི། དེ་ལ་སྒྱིར་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོའི་  
གནས་ལུགས་ཡིན་ལ། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དེ་ཉིད་སྒྲིམ་པ་དང་བྲལ་  
བ་ཡིན་ཡང་སྒྲུའི་བྱེད་བྱ་གི་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ཡང་དག་པར་རྟོགས་  
པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སེམས་བྱུང་གི་ནང་གསེས། ཅུ་ཉེད་བྱ་གི་ཡ་  
བྱལ་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ། དེ་ལ་དབྱེན་འཛིག་ལྟ་སྟགས་  
ལྟ་ཡོད་ཅིང་གཞན་ཡང་ལུང་མ་བསྟན་པའི་ལྟ་བུ་བཅུ་བཞི་དང་། ལྟ་བུ་བྱ་  
ཅུ་ཅུ་གཉིས་དང་སུམ་བརྒྱ་སྟགས་དབྱེ་བ་མང་ཡང་བསྟན་ལྟ་པོ་དེར་འདྲ་  
ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་འཛིག་ལྟ་པོ་ན་ལ་འདྲས་སོ། །ལྟ་བུ་འདི་དག་འཁོར་བའི་  
ཅུ་བ་ཡིན་པས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། ཤེས་ནས་སྤང་བ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །  
གཉིས་པ་ནི་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཁྱུ་མཐའ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་སོ་  
སོའི་སྒྲོ་ཡི་སྒྲོན་དང་ཁྱུ་མཐའི་ཁྱད་པར་རམ། ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཁྱད་  
པར་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་འཛིག་ཚུལ་མང་སྟེ། ལྟ་བུ་བཀའ་བཏགས་ཀྱི་ཐུག་རྒྱ་བཞི་  
དང་། གང་ཟག་དང་ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་དང་ཡོད་མེད་སྟགས་  
མཐའ་བཞི་དང་། སྒྲེ་འགགས་སྟགས་མཐའ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་དང་བྲལ་བའི་

དབུ་མའི་ལྟ་བ་སོགས་བཤད་ལ། རྟོགས་བྱ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་སྒྲིམ་  
བྲལ་ཚེས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་།  
རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་དོ། །ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བས་དཔེ་དང་  
གཏན་ཚིགས་ལ་སོགས་པས་གཏན་ལ་ཕབ་ཅིང་སོ་སྒྲུའི་གནས་སྐབས་སུ་  
དོན་སྒྲུའི་ཚུལ་ལས་མི་རྟོགས་ལ། སྒྲགས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཕབ་པ་དང་དབང་  
གསུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་སུ་མཚོན་བྱེད་དཔེ་ཡི་ཡེ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྒྲུ་ཞིང་  
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཚོན་བྱ་དོན་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་སྒྲུ་བྱིད་པས་སོ། །སྒྲིབ་ལྟ་བ་  
ལ་རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་ལ་ལྟ་བར་བྱས་པ་དང་། རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟ་  
བར་བྱས་པ་གཉིས་ལས། སྒྲ་མ་ལ་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཁྱད་པར་མེད་ཅིང་དེ་  
ལ་དགོངས་ནས་རབ་དབྱེ་ལས། ཕ་རོལ་ཕྱིན་པའི་སྒྲིམ་བྲལ་ལས། །ལྟ་ག་  
པའི་ལྟ་བ་ཡོད་ན་ནི། །ལྟ་དེ་སྒྲིམ་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཁྱི་  
མ་རྟོགས་བྱེད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་ལ་ཁྱད་པར་ཆེ་ཞིང་གཞུང་རྣམས་ནས་ལྟ་བ་  
ལ་ཁྱད་པར་བཤད་པ་ནི། ཡུལ་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་ལ་ཁྱད་པར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
དྲི་བ་གཉིས་པ་མདོ་སྒྲགས་གང་གི་ལུགས་ལ་ལྟ་སྒྲིམ་གཉིས་མཐུན་དགོས་  
སམ་མི་དགོས། དེ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་བྱེད་གང་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་  
གཞུང་འགའ་ལས། ལྟ་བས་སྒྲིམ་པ་བཅད་ལ་བསྒྲིམ་པས་ཉམས་སུ་ལོངས་  
ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མདོ་སྒྲགས་ལ་ཆད་མེད་བཞི་བསྒྲིམ་པ་དང་། བྱང་  
ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲིམ་པ་དང་། བསམ་གཟུགས་སོགས་བསྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་



ལྟ་བའི་ངང་ལས་བསྐྱེམ་བཅའ་ཚུལ་དང་། བསྐྱེམ་ལ་ལྟ་བས་རྗེས་འདེབས་  
ཚུལ་དུ་མ་བཤད་པས་ལྟ་སྐྱེམ་གཉིས་མཐུན་དགོས་སོ། །  
དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་པའི་ཁྱད་པར་ནི་དོན་དམ་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ལྟ་བ་དང་།  
ཀུན་རྫོབ་སྒྲོས་བཅས་ལ་བསྐྱེམ་བ་འཛོག་པར་ཡིན་པའི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པར་  
གྱིས་ཤིག དེ་བ་གསུམ་བ་གསར་མའི་རྒྱད་སྡེ་རྣམས་ལས་ལུང་ཁམས་ལྟར་  
གསུངས་པ་དེ། ཡིན་ལུགས་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་རབ་གྱིས་ཐག་ཚོད་བ་ཡིན་ནམ།  
དོན་ལ་མིན་པ་གནས་སྐབས་བསྐྱེམ་པས་གསལ་འདེབས་པ་ལམ། གཞི་འབྲས་  
ལྟོ་སྒྲོར་གྱི་དག་བྱ་དག་བྱེད་བཤད་བ་གསུམ་གང་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་སྒྲ་  
མེད་གྱི་རྒྱད་སྡེ་རྣམས་ལས་ལུང་ཁམས་ལྟར་གསུངས་པ་དེ་ནི། བརྟག་གཉིས་  
ལས། དེས་པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གྱི། །དག་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་བརྫོང་། །  
ཐུན་ས་རེ་རེ་དབྱེ་བ་ཡིས། །ལྟ་རྣམས་གྱི་ནི་བརྫོང་བ་བྱ། །ཞེས་དོན་དམ་  
སྒྲོས་བྲལ་ལ་ལྟ་ཡིན་མིན་གྱི་དབྱེ་བར་མེད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་དུ་ལུང་ཁམས་  
ལྟར་བསྐྱེམ་པའི་ལུགས་ཡིན་ལ། གཞན་སྟོང་བ་སོགས་སྟོང་བཅུད་ལྟར་བཤད་  
བ་ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་ལ་དགོངས་ཞེས་དང་། ཡང་མཁམས་བ་འགའ་ཞིག་  
རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཚོས་ཉིད་ལ་དགོངས་ཞེས་བཞེད་བ་རྣམས་ལ་ལུང་  
རིགས་གྱིས་གནོད་ཅིང་ཁས་མི་ལེན་ལ། ཀུན་མཁྱེན་ཚོས་རྗེ་སོགས་ས་སྐྱ་  
པའི་མཁམས་གྲུབ་རྣམས་གྱི་བཞེད་བ་ནི་འདི་ལྟ་ཏེ། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་  
གནས་སྐབས། ཐ་སྙད་དབྱེད་པའི་གནས་སྐབས། དོན་དམ་དབྱེད་པའི་གནས་



སྐབས་ཏེ་གསུམ་ལས་སྔོན་བཅུད་དམ་སྒྲིབ་ལྟར་བཤད་པ་ནི་ཐ་སྔོན་དཔྱོད་  
 པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ལ། དེ་ལང་གང་ཟག་དབང་པོ་ཚོན་པོ་སྐབས་སྤྱི་མེད་ཀྱི་  
 ལམ་དུ་ཞུགས་ཤིང་དབང་གིས་རྒྱུད་སྒྲིབ་པར་གསང་སྐབས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་  
 གྱུད་པ་ཞིག་གི་སྒྱུད་ཡུལ་དུ་དེ་ལྟར་ཆོད་མ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། ཁྱི་བ་བཞི་  
 བ་གསུང་དག་ལམ་འབྲས་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་ལུས་དབང་གི་གྲུབ་མཐའ་  
 འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་བཤད་པ་དེ་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཐེག་པར་འཁོར་འདས་  
 གཉིས་ཀ་སྟོང་ཉིད་སྟོས་བྲལ་དུ་མཉམ་གསུངས་པ་དེ་དང་གཅིག་ཡིན་ནམ་  
 གཞན་ཞིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད། ཡང་ལྟ་བུ་ལོ་པོ་ཉིད་ལས་སྒྲིབ་སྐྱོག་གི་ལོ་པོ་  
 ཉིད་ཅེས་པའི་མཚན་གཞི་གང་ལ་ངོས་འཛིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་ལམ་འབྲས་  
 ཀྱི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་ལྟ་བུ་ལོ་པོ་ཉིད་ལས་དབྱེར་མེད་ནི། རྒྱ་དུས་ཀྱི་ལྟ་  
 བཞིས་པ་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་སེམས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱེད་ནས་བསྒྲུབ་  
 པ་སྟེ་དབུ་མའི་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་ཞིང་། བརྟག་གཉིས་ལས། འདི་ཉིད་འཁོར་  
 བཞིས་བྱ་སྟེ། འདི་ཉིད་ལྟ་དན་འདས་པ་ཉིད། འཁོར་བ་སྤངས་ནས་གཞན་  
 དུ་ནི། ལྟ་དན་འདས་པ་རྟོགས་མི་འགྱུར། འཁོར་བ་གཟུགས་དང་སྒྲུ་ལ་  
 སོགས། འཁོར་བ་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ། འཁོར་བ་དབང་པོ་རྣམས་ཉིད་  
 དེ། འཁོར་བ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ། འདི་རྣམས་ཆོས་ནི་ལྟ་དན་འདས། །  
 རྟོགས་སྤྱིར་འཁོར་བའི་གཟུགས་ཅན་ཉིད། རྟོངས་མེད་འཁོར་བ་དག་པས་  
 ནི། འཁོར་བ་ལྟ་དན་འདས་པར་འགྱུར། བྱང་རྒྱུབ་སེམས་ནི་ལྟ་དན་

འདས། ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་ཚུལ་ཅན་ནོ། ཞེས་སོགས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་  
བཤད་གི་ཚུལ་དུ་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ནལ་འབྱོར་དབང་ལྷན་  
གི་མན་ངག་ཟབ་མོ་སྟེ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཆོས་གསུམ་གྱིས་མདོར་བསྟན་།  
ཉམས་སུ་བྱང་བའི་གནད་གསུམ་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད། རྒྱད་གསུམ་གྱི་སྒོ་  
ནས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཅིང་བླ་མ་དམ་པའི་གདམས་ངག་གིས་དབྱེད་  
འཛིག་སྟེལ་མའི་ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སུ་བྱངས་པས་རྟོགས་པ་ལྷུང་དུ་འཆར་  
ཞིང་སྐྱེས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱི་བཀའ་བབ་ཆེ་ལ་པར་བྱིན་ཐེག་  
པའི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་ལྟ་བ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ། །

པར་བྱིན་ཐེག་པར་འཁོར་འདས་མཉམ་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་དུ་བཤད་པ་ཡོད་ཅིང་  
དེ་དང་མདོན་དུ་རྟོགས་པ་ནི་དག་ས་གསུམ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཏེ། མིད་ཞི་མཉམ་  
ཉིད་རྟོགས་པ་སོགས་དག་ས་གསུམ་གྱི་སྐབས་ན་བཤད་པས་སོ། །ལྟ་བ་དོ་  
པོ་ཉིད་གསུམ་ནི་སྣང་སྟོང་བྱང་འདུག་གསུམ་སོ་སོར་བཞག་པ་སྟེ་དེ་དེ་  
ལ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད། རོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་ཚུལ་ཐ་དད་ཅེས་གསུམ་པེ་ཡོད་  
ལ་སྣང་ཕྱོགས་ཀྱི་གསུམ་ནི་དཔེར་ན་ལྟ་གང་བསྒྲེལས་ཀྱང་སྒྱུན་དབུ་མ་ལྟ་  
བུ་ཞིག་ལ། རིག་པ་གསལ་བ་ཟིན་ན་སྒྱུན་དབུ་མ་རིག་ཅིང་གསལ་བར་སྟོང་  
བའི་མ་རིག་པ་ལས་ལོག་པའི་ཆོས་ཅན་དེའི་ཆོ་སྒྱུན་དབུ་མ་སྣང་ཅམ་ལས་  
གཞན་པའི་རྣམ་རྟོག་འགགས་པས་ཡིད་ཀྱང་བརྟགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་  
དེ་གཉིས་རོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་ཚུལ་ཐ་དད་པ་སྟེ་དེས་ན་སྣང་ཕྱོགས་ཞེས་པ་

འདི་ལ་སྒྲོན་དང་བར་སོགས་འགའ་ཞིག་དོགས་པ་ཞུགས་ཀྱང་འདི་པའི་ལུགས་  
 གྱི་སྒྲོང་སྒྲོང་གཉིས་འགོ་མཉམ་པར་སྒྲོ་སྒྲུབ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཏིང་འཛིན་སྒྲོན་  
 ཅན་དུ་བཞེད་ལ་དེ་བྱུང་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུངས་པས་སྒྲོན་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་ཏིང་  
 འཛིན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དོ་རྩེ་ཐེག་པ་མན་ངག་གི་ལམ་ཞེས་བྲམ་མ་དམ་པ་བསྟེན་ཅིང་གདམས་ངག་  
 ཞུབ་ལས་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི་དཔེ་མཐོང་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོག་གའི་  
 ཤེས་འདོད་ཀྱིས། སྒྲོན་འཆོལ་བ་ནི་མཁས་པའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཁྱི་བ་ལྷ་  
 པ་ལྷ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱི་རིག་ཆོགས་དུག་གསུངས་པའི་དོན་བསྐྱབ་བྱ་བ་དེན་དངོས་  
 སྐྱབ་བྱེད་རྟོག་གའི་ཆོག་དོན་བཅུ་དུག་འགོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་  
 བ་ཡོངས་གྲགས་ལ་ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་གི་དགག་བྱར་གྱུར་པའི་ཆོག་དོན་  
 བཅུ་དུག་པོ་དེ་གཞུང་གང་གི་ཆོས་སྐད་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་སྤྲ་རབས་ཀྱི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་རིག་ཆོགས་དུག་འདོད་པ་དང་ལྷ་འདོད་པ་གཉིས་  
 ཡོད་ཀྱང་ལྷ་བཞེད་པ་དོན་ལ་གནས་ཤིང་དེ་ལ་དགག་བྱ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་  
 པའི་མཐའ་དགག་པ། རང་ལུགས་དབུ་མའི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ། དེ་  
 ལས་འཕྲོས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་རྩྱུང་བ་སྤང་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི་ཞིབ་མོར་  
 རྣམ་འཐག་སྟེ་དེ་ཉིད་ལས། རྟོག་གེ་ཤེས་པའི་དར་རྒྱལ་གྱིས། ཞང་ཞིག་རྩྱུང་  
 པ་མཛོན་འདོད་པ། ཁྱེད་ཡི་དར་རྒྱལ་སྤང་བའི་བྱིར། ཞིབ་མོར་རྣམ་འཐག་བཤད་  
 པར་བྱ། ཞེས་ཆོལ་བའི་དར་རྒྱལ་སྤང་བའི་ཆེད་དུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་མཐའ་འགོག་

པ་སྟེ། གཞུང་དུ་རིག་པ་ཅན་པའི་རྟོག་གའི་ཚིག་དོན་བརྒྱ་དུག་ཅུམ་ཞིག་དགག་  
པ་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་སྟེ། བོར་ལོངས་ཤིག་  
གཉིས་པ་རྩ་ཤེར་དང་རིག་པ་དུག་རྩ་པ་གསུམ་པ་ཅོད་སྟོག་དང་སྟོང་ཉིད་  
བདུན་རྩ་པ་ཡིན་པའང་གོ་བར་གནད་དུ་ཆེད། སྲི་བ་དུག་པ་སངས་རྒྱས་པ་  
ལ་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པའི་གསུམ་པོ་དེ་སོ་སོར་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་འདྲོག་  
པའི་གནད་ཐུན་མིན་དེ་གང་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཁམས་  
དབང་སོགས་རིགས་སོ་སོར་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚོན་གྱིས། ཐེག་གསུམ་གྱི་ལམ་  
སོ་སོར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། ལམ་གསུམ་ལས་འབྲས་སུ་གསུམ་དུ་འདོད་པ་  
དང་ལམ་གཅིག་ལས་འབྲས་སུ་གསུམ་དུ་འདོད་པ་དང་། ལམ་གསུམ་ལས་  
འབྲས་སུ་གཅིག་འདོད་པ་དང་། ལམ་གཅིག་ལས་འབྲས་སུ་གཅིག་འདོད་  
པ་སྟེ་འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་བཞེད་རྩལ་བཞི་ཡོད་ཀྱང་སྣ་མ་  
གཉིས་དྲུང་དོན་དང་བྱི་མ་གཉིས་ངེས་དོན་དུ་འཆད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མཐར་ཐུག་ཐེག་གཅིག་དང་ཐེག་གསུམ་འདོད་པ་སོགས་འདི་སྟོར་  
ཞིབ་ཆ་ཤེས་པར་འདོད་ན་དཔུ་སེམས་ཀྱི་གཞུང་བཟང་ལ་གོམ་པར་གྱིས་  
ཤིག་དང་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། སྲི་བ་བདུན་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་  
རྒྱ་འབྲས་ལ་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པའི་སྟོད་པ་དེའི་སྟོན་དུ་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་  
ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་འགྲོ་དགོས་སམ་མི་དགོས་ཞེས་པའི་ལན་ནི། རྒྱ་འབྲས་  
ལ་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པའི་སྟོན་དུ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུར་འགྲོ་དགོས་ཏེ་འདུལ་བ་

ལུང་ལས། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་རྣམས་ནི། བསྐྱལ་བར་བརྒྱལ་ཡང་ཆུང་  
 མི་ཟ། ཆོགས་ཤིང་དུས་ལ་བབ་བ་ན། འབྲས་བུ་སྒྲིན་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །  
 ཞེས་དང་། རྒྱུད་གོ་བ་ལས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་ལས་སྤྲུག་བསྐྱལ་  
 འབྲུང་བ་སོགས་གནས་དང་གནས་མིན་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། གཞན་ཡང་  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་འཛོག་ཚུལ་རི་སྟེང་བཤད་བ་རྣམས་ཤེས་ནས་བླང་དོར་ལ་  
 འཇུག་པར་བྱ་ཞིང་དེ་ལྟར་ན་འཇགས་པ་ལྷན། འཛིག་རྟེན་བ་ཡི་ཡང་དག་  
 ལྟ། ཆེན་པོ་གང་ལ་ཡོད་ཀྱུར་བ། དེ་ནི་བསྐྱལ་བ་སྟོང་དུ་ཡང་། རང་འགོར་  
 འགོ་བར་མི་སྤྱིད་དོ། ཞེས་དང་། ལགས་བཤད་ལས། རྒྱུ་འབྲས་བསྐྱུ་བ་  
 མེད་པར་ནི། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བྱང་ཆོས་ཏེ། མ་བསྐྱལ་བ་ལ་ཀུན་  
 མཁྱེན་དུ། འགོ་ན་རྒྱུ་འབྲས་ག་ལ་བདེན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་དོན་ལ་ངེས་  
 ཤེས་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ། གྲི་བ་བརྒྱད་པ། རི་ལྟར་བརྒྱ་ཆུས་མི་ཆགས་པ་  
 བཞིན། ཉི་ཟླ་ནམ་མཁའ་ཐོགས་པ་མེད་ལྟར་སྟུང་། ཅིས་བྱང་སེམས་རྣམས་  
 འཁོར་བ་ལ་གནས་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྟོན་གྱིས་མ་གོས་པ་སྟོན་ཅུས་པའི་གནད་  
 ཐུན་མིན་དེ་ཅི་ཡིན་ཞེས་པའི་ལན་ནི་སྟེར་བྱང་སེམས་ལ་མོས་སྟོང་ས་ལ་གནས་  
 བ་དང་། མ་དག་ས་བདུན་ལ་གནས་པ་དང་། དག་ས་གསུམ་ལ་གནས་པ་  
 སྟེ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། ལུང་འདྲིའི་དོན་གཙོ་བོར་བྱི་མ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེའང་  
 སྟུང་བ་ལས། འགོ་བ་འབྱུལ་བ་རི་དྲགས་རྒྱར་ཆུང་འདྲར་ཤེས་ནས། ཤེས་རབ་  
 ལྟན་པ་མཁའ་ལ་བྱ་བཞིན་རྣམ་པར་རྒྱ། ཞེས་འདབ་ཆགས་ཀྱི་དབེས་ཤེར་

ཕྱིན་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་འཁོར་བས་མི་འཆིང་པར་བརྟན། ཡང་དེ་  
ཉིད་ལས། དཔེར་ན་མཉན་པ་མཁམས་པ་པར་འགོ་རྩུང་འགོ་ཡང་། མཐའ་  
གཉིས་མི་གནས་རྒྱ་མཆོར་གནས་པ་མེད་པ་བཞིན། །ཞེས་མཉན་པ་མཁམས་  
པ་རྒྱ་མཆོད་ང་རྩེ་ལ་སྒྱུད་ཀྱང་ལུས་སྒོག་ལ་མི་གནོད་ཅིང་ཕྱོགས་གཅིག་  
ལ་མི་གནས་པའི་དཔེས་བྱང་སེམས་རྣམས་སྤྱིད་ན་གནས་ཀྱང་སྒྱོན་གྱིས་མ་  
གོས་པ་དང་། མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པ་བརྟན། མདོར་རྒྱན་ལས། ཤེས་  
པས་སྤྱིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་། སྤྱིང་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པ། །ཞེས་པས་མཐའ་  
གཉིས་གང་ལ་མི་གནས་ཤིང་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་  
ཀྱི་རྣམ་མཐུ་ཡིན་པར་བརྟན། རྒྱུད་བྲམ་མ་ལས། འཕགས་པས་འཆི་དང་ན་  
བ་དང་། །ཀ་བའི་རྟུག་བསྐལ་ཅད་ནས་སྤངས། །ཞེས་པས་ས་དང་པོ་ཐོབ་  
ཕྱིན་ཆད་ལས་ཉོན་གྱི་སྒྱེ་འཆི་ཅ་བ་ནས་སྤངས་པར་བརྟན། ཡང་དེ་ཉིད་  
ལས། བདག་སྤྱིད་མ་ལུས་ཤེས་རབ་གྱིས་བཅད་དེ། །སེམས་ཅན་སྤྱིད་ཕྱིར་  
བཅེ་ལྟན་ཞི་ཐོབ་མིན། །དེ་ལྟར་སྒོ་བཅེ་བྱང་རྩེ་ཐབས་བསྟེན་ནས། །འཕགས་  
པ་འཁོར་བའམ་མྱ་ངན་འདས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་བྱ་མ་  
ལུས་པ་གཟིགས་པའི་མཁྱེན་པ་དང་། སྒྱེ་རྒྱ་ཡོད་དོ་ཅོག་རྗེས་སུ་འཛོན་པའི་  
དམིགས་མེད་གྱི་བཅེ་བ་གཉིས་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པས་རྫོགས་སྒྲིན་སྤྱང་  
གསུམ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆེད་དུ་བསམ་བཞིན་སྤྱིད་པ་ཉེ་བར་བཟུང་ཡང་། རྒྱ་  
སྒྲིས་འདམ་ལས་སྒྲིས་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་མ་གོས་པ་དང་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་ལུ་

བཞིན་ལས་ཉོན་གྱི་སྒྲོན་གྱིས་ནམ་ཡང་རེག་པ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 སྒྲུས་པ། མདོ་སྒྲགས་རྒྱ་མཚོའི་ལུང་དོན་མ་ཁི་ཀམ། །མཁས་དབང་ལེགས་  
 བཤད་གྲུ་གཟིངས་ལ་བརྟེན་ནས། །ལུང་རིགས་བྱི་དོར་ཅུང་ཟད་བགྱིས་པའི་  
 མཐུས། །མཐའ་ཡས་ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་གསལ་གྱུར་ཅིག །དྲིས་ལན་  
 འདིའི་ཕྱོགས་སྒྲ་གནང་བ་པོ་ལ་བ་མཁན་ཆེན་སྟོ་བཟང་མདོ་རྒྱུད་ཡིན་ནམ་  
 སྟམ་ཞིབ་ཆ་མ་དེས་ཤིང་། འདི་མཛད་པ་པོ་མི་ལམ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་དྲིས་  
 འབྲུལ་མེད་རྩེ་མཁའི་བཙུན་དཔེ་སྟོམ་གསུམ་རབ་དབྱེའི་ལེགས་བཤད་  
 གཅིས་བརྟུས་ཀྱི་པོད་ནང་བཞུགས་པ་འདི་ས་སྐྱ་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་གནད་གསལ་  
 བར་སྟོན་པའི་ལེགས་བཤད་བྱུང་པར་འཕགས་པའོ། །ཞེས་པའང་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱུ་གྲོས་པས་སོ། །

༡༡། །བསམ་གཏན་སྤྱི་མའི་རྒྱད་དོན་རྣམ་པར་བཤད་པ་རིག་  
སྤྲུགས་འཛིན་པའི་ཡིད་ཀྱི་འདོད་འཛོ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

ན་མོ་གྲུ་རུ་མུ་མོ་ལྟ་ཡ། རིག་སྤྲུགས་ཡོངས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་རྒྱུར་མཚོག་  
དང་། །གསང་འཛིན་གསང་བའི་བདག་པོ་དོ་རྩེ་འཛིན། །འཇམ་དཔལ་  
དཔལ་དང་ལྷན་ལ་གྲུས་བཏུང་ནས། །བསམ་གཏན་སྤྱི་མའི་རྒྱད་དོན་རྣམ་  
པར་བཤད། །དེ་ལ་འདིར་གསང་སྤྲུགས་དང་རིག་སྤྲུགས་རྣམས་བསྐྱབ་  
པའི་ཐབས་ཀྱི་མན་ངག་ཟབ་མོ་བསམ་གཏན་སྤྱི་མ་རིམ་པར་བྱེ་བའི་རྒྱད་  
འདི་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འབྱུར་བྱག་གཞུང་དོན། མཇུག་དོན་བཞེ་  
ལས། དང་པོ། རྒྱ་གར་རྒྱུད་དུ། རྒྱ་ལོ་ཏྲ་ར་བ་ཏ་ལ་གྲ་མ། དེ་ཉིད་པོད་རྒྱུད་  
དུ་བསྐྱུར་ན། རྒྱ་ན་བསམ་གཏན་ལྷན་ར་བླ་མ་དང་སྤྱི་མ་སོགས་ལ་འཇུག་  
པ་ལས་སྐབས་འདིར་སྤྱི་མ། བ་ཏ་ལ་གྲ་མ་རིམ་པར་བྱེ་བ་ཞེས་གསུངས་  
ཏེ། བསམ་གཏན་ནི་རིག་སྤྲུགས་བསྐྱབ་པའི་ཆོ་སེམས་ཅུ་གཅིག་པའི་བསམ་  
གཏན་རི་ལྟར་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྤྲུགས་འབྱུབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་  
པ་དེ་འདིར་བསྟན་པས་ན་བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་སྤྱི་མ་ཞེས་བྱ་  
བཞི། བྱ་སྤྱོད་གཙོར་གྱུར་རིག་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱད་རྣམ་པ་མང་པོ་གསུངས་པ་དེ་  
དག་གི་མན་ངག་ལྟ་བུ་རྩེས་སུ་བསྟན་པ། འདི་ཉིད་རིག་སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱད་ཀུན་  
ལ་དགོས་ཤིང་སྤྱིང་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དོ་རྩེ་གཙུག་ཏྲར་གྱི་རྒྱད་



ཆེན་པོ་ལས། བཟུམ་བཞེད་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་གྱི་མིང་བཤད་ཀྱང་། དེའི་  
ཐབས་བསམ་གཏན་ནི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་སྐབས་དེར་གསལ་བར་མ་བརྟན་  
བ་དེ་ཉིད་འདིར་དངོས་སུ་གསལ་བར་སྟོན་བས་ན་དེ་སྐད་ཅིས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་  
ལུའི་དགོངས་དོན་ཡན་ལག་དང་བཅས་བ་གསལ་བར་བྱེད་བས་ན་རིམ་བར་  
བྱེད་བཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་འགྲུར་བྱུག་ནི། དཔལ་དོ་རྩོམ་པོ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་  
བརྟན་པ་སྔ་དར་གྱི་དུས་སུ་རྒྱུད་འདི་གངས་ཅན་པའི་སྐད་དུ་བསྐྱར་བའི་ཆེ་  
སྒྲུལ་པའི་ལོ་པའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས། འཇམ་དཔལ་དོ་རྩོམ་པོ་ལ་བྱུག་  
མཛད་པའོ། །གསུམ་པ་གཞུང་དོན་ལ། དགོས་པ་བརྟན་པ་དང་འབྲེལ་བར་  
སྒྲིང་བསྐྱང་བ་རྣམ་པར་དགོད་པ་དང་། བཤད་བྱ་གཞུང་གི་དོན་རྣམ་པར་  
བཤད་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ། གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་། ཞེས་  
པ་ནས། བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་བརྒྱན་པར་བཤད། །ཅིས་པའི་བར་གྱིས་  
བརྟན་ཏེ། བཟུམ་བཞེད་གྱི་བསམ་གཏན་དང་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མཆོན་ཉིད་གང་  
ཞིག་ རིག་སྤྲུགས་དང་གསང་སྤྲུགས་གྱི་ཐབས་གྱི་མན་ངག་དམ་པར་གྱུར་  
པ་སྤང་གཉེན་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ་འདི་ལྟ་བུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དོ་རྩོམ་  
འཛིན་ཆེན་པོ་ལས་ཆངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་ཅིས་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཐོས་པ་དེ་  
ཉིད། ཆངས་པ་མི་འཆི་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བརྟན་པར་འདོད་ནས་འདི་སྐད་དུ་  
སྤྲུགས་ཏེ། དོན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། གསང་སྤྲུགས་རྒྱུད་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་།

གང་ཟག་གང་གི་སྒོ་ནི་མཚོག་ཏུ་མི་ཞེན་པ་སྟེ་དམ་པའི་མན་ངག་དང་ལྷན་  
པར་ནན་ཏན་གྱིས་བརྟགས་ནས་གཏིང་དཔོག་པ་དང་མི་ལྷན་པར་གྱུར་ཏུ་  
ཟིན་ཀྱང་། རྣམས་ཀྱི་དོན་དེ་ཡང་རང་སྒོའི་ཕྱགས་ཞེན་ཅམ་དུ་ཅི་དགར་བཟུང་  
ནས་དོན་མེད་ཀྱི་ངག་སྒྲ་བར་སྒྲོ་བ་ནི་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པས་སྒྲ་བ་ངན་  
པ་དེ་དག་སྤང་བར་རིགས་ཏེ། དེ་དག་ལ་དེ་ལྟ་བུ། མ་སྒྲས་ན་ནི་མི་འཚོ་བ་  
ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འཕམ་མ་སྒྲས་ཐབས་མེད་པ་ཅི་ཞིག་བྱང་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། རྣམས་  
ཀྱི་དགོངས་དོན་རྟོག་གའི་རིགས་པ་སོགས་ཀྱིས་དབྱད་ནས་ཚུད་ཟེ་བའི་བཤད་  
པ་འབུམས་པོ་དེ་འདྲ་རང་བསྐྱས་གཞན་བསྐྱས་ཀྱི་རྒྱར་འབྱུར་ཞིང་ཉེས་པ་  
ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཅིའི་ཕྱིར་རྣམས་རྒྱད་ཀྱི་ཚིག་ལ་དབྱད་ནས་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་སྟུམ་ན། གསུང་སྟུགས་ཀྱི་རྒྱད་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་འདི་  
ནི། རྟོག་གའི་ལམ་ཀྱི་དབུ་ཡིས་ཉེ་བར་འཇལ་བ་དྲང་། མདོན་སུམ་ཀྱི་ཚད་  
མ་དང་། གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རྟགས་སྟུམ། དེ་ལས་རྗེས་སྐྱད་པ་ག་པ་འཕམ། མདོར་  
ན་མན་ངག་མེད་པར་རང་གི་རྣམ་པར་དབྱད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་པར་  
རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལུང་དྲང་། དམ་པའི་  
མན་ངག་གི་དོན་དང་ལྷན་པ་མེད་པར་། གང་ཞིག་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་  
དུ་སྒྲོམ་པའི་ལམ་གཞན་དུ་འཇུག་པ་དེ་དག་བསྐྱལ་བ་དག་ནི་བརྒྱ་རུ་འབྱད་  
ན་ཡང་། རྣམས་བསྐྱས་པ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་ལུས་དངོས་གྲུབ་མི་ཐོབ་པོ། །  
རྣམས་ཀྱི་ལུང་དང་དེ་དོན་གཞན་དུ་འབྱོར་བའི་མན་ངག་མ་ལུས་པ། གང་

ཟག་གང་གིས་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་དེ་དག་ལ། རྣམས་ཀྱི་སྤྱབ་པ་ཉམས་སུ་  
སྤྱོད་པ་ལ་ལ་ཞིག་ཡོད་དུས་ཟེར་ན་དེ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མེད་པའི་ཞེས་སྒྲུས་  
པར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་མི་སྤྱིད་ཅེས་པའི་ཐ་ཆོག་གོ།

དེས་ན་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་རྒྱ་མཚོ་ལྟར་ཆེ་བར་གྱུར་པ། དངོས་  
སྤྱབ་སྒྲ་ཆོག་ཀྱི་རྒྱབ་ས་ནི་རབ་ཏུ་ལེགས་པ་ཅན། ལལ་པའི་སྒྲོས་བསམ་  
ཀྱིས་མི་བྱུང་བའོ། བསམ་ཡུས་གིང་གཉིད་མཐའ་ནི་དཔག་པར་དགའ་  
བ་ཡི། དགོངས་དོན་ཟབ་མོ་རྟོགས་པར་བྱས་པ་གང་གིས་དེ་ལྟར་སྒྲགས་  
རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཚུལ་བཞིན་ལེགས་པར་བཤད་ན། སྤྱབ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ནང་ན་སྤྱོད་པའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་ཆེ་ཞིང་ཟབ་མོ་རྟོགས་པར་  
དགའ་བའི་གནས་ལེགས་པར་བཀལ་བའི་བྱིར་རོ། གལ་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱི་གནད་  
དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ན། ཆད་ས་པ་མི་འཆིབ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲགས་ཀྱི་དགོངས་  
གནད་ཟབ་མོ་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་དེ་སྒྲོས་ཤིག། གལ་ཏེ་ཁྱོད་སྒྲགས་ཀྱི་དགོངས་  
གནད་ཟབ་མོ་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་པར་མི་སྒྲོ་ན། ཆད་ས་པ་ས་ཡི་མེ་ཉོག་དུ་ཡིས་  
རྩོམ་པ་འདྲིན་པ་ཉིད་ལས་དེ་ལྟར་ཐོས་པའི་དོན་བཤད་ཀྱི་དུ་ཡི་ཆོག་ལུ་ཉོན།  
ཞེས་སྤྱིང་བསྐྱངས་ནས། སྤྱང་ཡང་སྒྲུས་པ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དྲང་། བདག་  
དང་སྒྲགས་དང་བསྒྲས་བརྩེད་ཀྱི་དེ་ཉིད་གསུམ་ཀྱི་དོན་གལ་ཏེ་ལེགས་པར་  
ཤེས་ན་དངོས་སྤྱབ་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་དག་ལེགས་པར་མི་ཤེས་ན།  
ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲགས་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་སྤྱབ་ཀྱང་ཅི་ཞིག་འཐོབ་སྟེ་མི་འཐོབ་

པོ། །གཞན་ཡང་རིག་སྒྲགས་ལས་ནི་རིག་སྒྲགས་གྲུབ་པ་པོ་གཞན་ཡིན་  
ནམ། ཡང་ན་གཞན་མིན་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་གང་ཡིན་ཞེས་ཁྱོད་ལ་འདྲི་ན།  
གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་པར་སྒྲས་ན་ཅི་ཞིག་ཉེས་པར་འགྱུར་སྒྲམ་ན།  
གལ་ཏེ་རིག་སྒྲགས་དང་དེའི་གྲུབ་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་ཡིན་པར་གྱུར་ན་  
འབྲེལ་བ་མེད་པས་ནམ་ཡང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཁོན་ཏེ་གཞན་མིན་  
པར་བསམ་ན། རིག་སྒྲགས་བརྒྱུད་པ་ཅམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་ཏེ།  
དེའི་རྒྱ་མཚན་གལ་ཏེ་གཞན་མིན་པར་འདོད་པ་ཁྱོད་གྱི་ལྟར་ན་ཁྱོད་རིག་  
སྒྲགས་འཆང་བ་ཡིན་པས་དེའི་གྲུབ་པ་འང་དེ་དང་མཉམ་ཏུ་ཐ་མི་དད་པར་  
ཡོད་པས་ཁྱོད་རིག་སྒྲགས་གྲུབ་པ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་ཟིན་པས། བམ་མཁའ་ལ་  
སོགས་པར་དུ་ལྟ་ཉིད་ཏུ་སོགས་པ་མེད་པར་སོང་ཞིག་གལ་ཏེ་རིག་སྒྲགས་  
དང་དེའི་རྣམ་པ་གྲུབ་པ་ཐ་མི་དད་ཅིང་། གྲུབ་པ་ཉམས་སུ་ཁྱོད་པོ་འང་རིག་  
སྒྲགས་དེ་འདྲིན་པ་པོ་ལས་ཐ་དད་ཏུ་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། གྲུབ་ཟིན་པར་  
རིགས་པས་གྲུབ་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་འགོ་བསོགས་སྒྲགས་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
དངོས་སུ་སྒྲུབ་པ་དེ་སྟེ་མི་རྣམས་པའམ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ན། སྒྲགས་  
དང་དེ་ཡི་གྲུབ་པ་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྒྲུབ་པ་འདི་ནི་རྒྱ་ཆོག་ཏུ་ཟད་པའམ་  
གྱུར་པས་རིགས་པ་མི་ཤེས་པ་བུ་ལུང་རྩི་དྲང་ལྟན་ཅིག་ཅི་དགར་སྟོས་སུ་  
རུང་བ་ཅམ་ལས། རིགས་པའི་ལམ་ཤེས་པའི་མཁས་པ་ལ་སྒྲུབ་པ་བྱ་བའི་  
ཆོག་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲས་སོ། །དེའི་ཆོ་བ་མི་འཆི་བ་ཆད་ས་པ་ཆེན་

རོ་མ་མཆོད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། རང་གི་སྒྲོས་ཡོངས་སུ་བསམས་ནས་  
 ལན་གྱི་ཚིག་སྒྲུབ་པ་ནི། གང་འདིར་ཆངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་འཆར་བྱེད་ཅེས་  
 བྱ་བ། མི་མཐེད་ཀྱི་བདག་པོས་གང་ཇི་སྐད་སྒྲུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ། རིག་སྤྲུགས་  
 དང་དེའི་གྲུབ་པ་གཞན་དུ་སྦྱར་པ་ས་ནི། རིག་སྤྲུགས་དེ་ཉིད་སྒྲོ་བ་པོ་བདག་  
 ལ་ནམ་ཡང་དངོས་གྲུབ་མེད་པ་དེ་ལྟར་འགྱུར་མོད་ཀྱི། རིག་སྤྲུགས་ལས་  
 དེ་ཡི་གྲུབ་པ་གཞན་མིན་ན་རིག་སྤྲུགས་བསྒྲུབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་དངོས་གྲུབ་  
 དེ་ཉིད་རིག་སྤྲུགས་དེ་སྒྲོ་བ་པོ་བདག་ལ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡོད་དམ་སྙམ་སྟེ། ཅི་  
 དེ་ལྟར་སྦྱར་ན་ཅི་ཞིག་ཉེས་ཏེ་ཉེས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་སྙམ་དུ་བདག་སེམས་  
 ལ། འོན་ཏང་འདྲོད་པ་དེ་ལ་འགྲུལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་སྒྲུབ་སོ། །དེ་ལ་  
 ཆངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་གིས་ལན་སྒྲུབ་པ། ཞེ་མའོ་ཆངས་པ་མི་འཆི་བ་ཁྱོད་  
 ཀྱི་སྒྲོ་འདི་ལྟ་བུ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཉེས་པའི་དྲི་མ་མེད་པ་དག་ཡིན་པར་བསམས་  
 བས་ཚིག་དེ་སྐད་སྒྲུབ་མོད་ཀྱི། ཤེས་རབ་གསལ་བ་དང་ལྡན་པ་ཆངས་པ་  
 ས་ཡི་མེ་ཏོག་དཔུང་ཚུལ་འདི་ལ་གཞིག་ཅིང་བསམ་ན། ཚིག་རེ་རེ་ལ་ཡང་ནི་  
 མི་འཐད་པའི་སྒྲོན་གྱིས་སྒྲིག་པ་བཞིན་དུ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྲུགས་  
 ལས་གྲུབ་པ་གཞན་དུ་སྦྱར་པ་ས་ཁྱོད་ལ་དངོས་གྲུབ་མེད་ཅིང་། གཞན་མིན་  
 པའི་སྤྲུགས་ནི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་རིགས་ཤིང་འཐད་པའི་ཐུར་སྤྲུགས་  
 དང་གྲུབ་པ་གཞན་མིན་པ་ལས་སྤྲུགས་གྲུབ་པར་འདྲོད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་ན།  
 ཚིག་དེ་འདྲ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་པ་ཉིད་ནི་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། མོང་དུ་བཤད་པ་

ལྷ་རྒྱལ་ས་དང་དེའི་གྲུབ་པ་གཞན་མིན་པས་ན་རྒྱལ་ས་གཟུང་བ་ཙམ་གྱིས་  
གྲུབ་པར་གྱུར་ཏེ་མི་བཟུང་བས་བསྐྱེད་པ་དངོས་སུ་སྤང་བ་དང་ཚུལ་མཚུངས་  
པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱལ་ས་བཟུང་ཡང་གྲུབ་པ་མི་སྤང་ན་དེ་གཅིག་ཡིན་པར་ཡང་  
དེ་ལྷ་རྒྱལ་རིགས་ཏེ་རྒྱལ་ས་ཡོད་ཀྱང་གྲུབ་པ་མེད་པས་ཐ་མི་དད་གྱི་གཅིག་  
ལ་གཅིག་ཡོད་པ་དང་གཅིག་མེད་པའི་བྱད་པར་དེ་ལྷ་རྒྱལ་རུང་། དེས་ན་གཅིག་  
རྒྱུང་གྲུབ་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱལ་ས་དང་དེ་གྲུབ་པ་ཐ་དད་ཏུ་འགྱུར་རོ་  
ཞེས་སྒྲུས་སོ། །དེ་ནས་ཚངས་པ་མི་འཆི་བས་སྒྲུས་པ། འགྲོ་བའི་བདག་པོ་  
ཞེས་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་ཉིད་ལ་བོས་ནས་དེ་ལྷ་རྒྱལ་གསང་རྒྱལ་ས་  
དང་རིག་རྒྱལ་ས་རྣམས་ལས་དངོས་གྲུབ་མི་བསྐྱུ་བར་ཡོད་པར་ཁས་འཆི་བ།  
ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲོན་མཉམ་གྱུར་པ་ཁྱོད་གྱིས། བདག་ལ་དེ་ལྷ་རྒྱལ་ཐོན་པ་བཤད་  
ཏུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་སོ། །དེ་ལ་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་གིས་སྒྲུས་པ།  
བདག་གིས་རྣམ་པར་དབྱུད་ན་ནི། རིག་རྒྱལ་ས་ལས་དེའི་གྲུབ་པ་ཉིད་གཞན་  
རྣམ་མི་གཞན་པ་ཡང་མིན་ཞིང་། དེ་ལྷ་རྒྱལ་གཞན་མིན་དང་མི་གཞན་པ་ཡང་  
མ་ཡིན་པས་ན། རྒྱ་མཚོན་དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། རྒྱལ་ས་ལས་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་  
ཡོད་ལ། བདག་ནི་རྒྱལ་ས་དེ་ཉིད་སྐྱུབ་པ་པོ་རང་གིས་ཡིད་ལ་ཞེན་པར་བསམ་  
ཏེ་ཡང་ཡང་གོམས་པ་ལས་ནམ་ཞིག་ལྷས་པ་མཐུ་ཅན་ཏུ་གྱུར་ནས་དངོས་  
གྲུབ་འཐོབ་པར་འདོད་དེ། རྒྱ་ཆེན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་སྤང་བའི་  
ཆོས་ཉིད་མཐའ་གཞན་ཏུ་བརྟག་པར་དཀའ་ཡང་བསྐྱུ་བ་མེད་པར་སྤང་ཞིང་

དོན་བྱེད་པ་ཉིད་ཏུ་འདོད་དོ། །

དེ་ལྟར་གོམས་པ་ལས་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་འཐད་པ་བརྟེན་པ། ཤེས་བྱ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་སྒྲ་ན་མེད་པ་གང་ཡིན་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་རང་གིས་ལམ་གོམས་པ་ལས་འཕྲོ་བ་པར་འབྱུང་ན།  
 གསང་སྤྲུགས་ལས་ཀྱི་ཆོ་ག་བྱུང་པར་ཅན་འདྲི་དྲག་གིས། གནས་སྐབས་  
 དང་མཐར་ཐུག་གི་དྲོས་གྲུབ་འཕྲོ་བ་ཏུ་ཡོད་པ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས་ཏེ་སྒྲོས་མི་དགོས་  
 གོ། །དེ་ཡང་བསྐྱུས་བརྟེན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། ལྟ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་།  
 བདུག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། སངས་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱུད་རྣམས་སྤྲུགས་པ་འདི་རྩི་  
 ལྟ་བུ་ནི། གནས་རྟེན་ཏེ་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྟ་ཆེན་པོ་སྤྲུགས་ཀྱིས་བཤད་པའི་  
 རྒྱུད་དང་རིག་བྱེད་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་གཞན་ལ་མེད་པར་གྱུར་པ་དེ་ཡིས་ནི།  
 སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་པའི་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོ་ག་འདི་ལྟ་བུ་འཛིག་རྟེན་གསུམ་  
 ན་མཚུངས་པ་མེད་པར། ཆངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་བདུག་གིས་རྟོགས་སོ། །  
 སྐབས་འདིར་བེལ་བེལ་ཞེས་པ་གནས་རྟེན་ཏེ། འགོ་བ་དང་མྱོད་པ་གནས་རྟེན་  
 རྣམས་འཛིག་རྟེན་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སྤྲུགས་པའི་གནས་རྟེན་དེ་ཡིན་  
 འདྲ་སྟམ་སོ། །དེ་ལྟར་གྲུབ་བསྐྱུས་པའི་ཆོག་སྤྲུག་སྤྲུག་ལས་བྱི་མ་བྱི་མའི་  
 ཆོག་ཏུ་འཕྲོས་པ་བྱས་པ་ལས། ཆངས་པ་ཆེན་པོ་མི་འཆི་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུགས་  
 ཀྱི་དྲོས་གྲུབ་འདོད་པ་སྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་བ་དེས། བྱ་རྒྱུད་དེ་རྩི་གཙུག་ཏོར་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་བསྐྱུས་བརྟེན་གྱི་མན་ངག་བསམ་གཏན་ཕྱི་མ་འདི་

ནི་ཉན་པར་བྱེད་པར་སྒྱུར་དོ། །དེ་ནས་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་མི་འཆི་པ་མཆོད་  
དེ་ཉིད་གྱིས་རྩོ་རྩོ་གཙུག་ཏྱར་གྱི་རྒྱུད་སྤར་ཉན་པ་ལ། ཚངས་པ་ཆེན་པོ་སྤ་  
ཡི་མེ་ཏྱུག་འཆར་བྱེད་པས། རྩོ་རྩོ་གཙུག་ཏྱར་གྱི་རྒྱུད་གྱི་མན་ངག་སྤྲུགས་  
བསྐྱེད་ཆུལ་གྱི་བསམ་གཏན་གྱིས་ནི་བརྒྱན་པར་བྱས་པ་འདི་ཉིད་བཤད་དོ། །  
ཞེས་འདི་ཡན་ཆད་ཆིག་ཁ་གསལ་བས་འགྲེལ་བ་མི་དགོས་པར་དགོངས་  
ནས་སངས་རྒྱས་གསང་བའི་འགྲེལ་བར་མ་བཤད་ལ་འགྲེལ་བ་གཞན་ཡང་  
མ་མཐོང་མོད། ཆིག་གི་འབྲུག་མོན་ཅུང་ཟད་འདིར་བགྱིས་པ་ཡིན་ལ་ཉ་ཅང་  
ཁོར་དོགས་ཆེན་པོ་མི་སྤྲོད་ཡང་ཅུང་ཟད་རེས་ཆིག་སྒྱུར་ཆུལ་ལ་སྦྱིད་འདོན་  
རྒྱུ་འདྲ་མཐོང་ན་མཁས་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མཛད་འཆོལ་ལོ། །  
གཉིས་པ་བཤད་བྱ་གཞུང་གི་དོན་ལ། དགོས་པ་བསྟན་ཅིང་ཡིད་ཆེས་བའི་  
ལོ་རྒྱུས་བཅས་བཤད་པར་དམ་བཅས་པ་དང་། བཤད་བྱ་དངོས་བཤད་པ་  
གཉིས། དང་པོ། དེ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀུན་རྫོགས་པ། ཞེས་པ་ནས། ཉག་ཏུ་  
རྒྱན་དུ་སྦྱོང་བར་བྱ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་དེ། དེ་ལྟར་སྤྱོད་བསྐྱངས་  
བའི་རྗེས་སྤྲོད་དེ་ནས་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཀུན་ནས་རྫོགས་པ་ཉིད་  
དུ་བྱེད་པ་ནི་རིག་སྤྲུགས་དང་གསང་སྤྲུགས་ཡིན་ལ། རིག་སྤྲུགས་དང་  
གསང་སྤྲུགས་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཆེན་པོ་ཉིད་དུ་སྒྱུར་བ་གང་དེ་ནི། འདི་  
ལྟར་བསམ་གཏན་དང་ལྟན་པའི་ཡིད་གྱི་ལས་ལྟ་བུ་འདི་ཉིད་སྟོན་པ་མཚུངས་  
པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་གསུངས་པས་གསུངས་ཤིང་། ལྟ་ཆེན་པོ་སྤྲུགས་གྱིས་



བཤད་པའི་བརྒྱུས་བརྗོད་གྱི་ཚུལ་རྣམས་ལས་འཕགས་པའི་གདམས་པ་གང་  
 ཞིག་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་སོགས་བསམ་གཏན་ཁྱད་པར་  
 ཅན་གྱིས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་བརྒྱན་པ་དང་། སྟོག་ཚུལ་བསམ་པ་སོགས་ལྟའི་རྣལ་  
 འབྱོར་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ནི་ཀུན་ཏུ་རྫོགས་པར་བརྟན་པ། དེ་ཉིད་གྱི་སྟོ་  
 བས་ལུས་སེམས་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་། དེའི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་མ་ལུས་པ་སེལ་བ་  
 སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་འདི་ཉིད་གསང་འཛིན་དཔལ་པོ་ལྷན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཞེ་  
 བས་ཚངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཏོག་བདག་ལ་དངོས་སུ་གསུངས་པའོ། །ཚུལ་འདི་  
 དང་ལྡན་པར་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་ནི་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་  
 བ་འཇིག་པར་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་གནོད་སྦྱོར་གྱིས་  
 ཡུལ་དུས་ཀུན་ཏུ་མི་ཚུགས་ཤིང་། རང་གི་སེམས་དབང་དུ་བྱུང་ནས་བརྟན་  
 པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་འདི་དྲང་པ་རྟོལ་ཏུ་ཡོན་ཏན་གྱི་འབྲས་  
 ལུས་དེ་ལྟ་བུ་དག་བྱེད་པར་གནས་པར་འགྱུར་འོ། །ཐབས་གོང་བཤད་དེ་  
 ལས་རིགས་གསུམ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། ལ་སོགས་པའི་  
 རྒྱས་དེ་ཡི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་། འབྲས་བུ་འཕྲོལ་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། མདོར་ན་མདོན་པར་མཐོང་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་གང་འདོད་  
 པའི་དོན་ནི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ཐབས་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྟན་  
 བས་དེ་ཉིད་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བཞི། ཚེ་གཤམ་བྱ་བ་གང་དྲང་གང་དྲག་  
 གྱིས་བརྒྱུས་བརྗོད་དང་མེར་གནས་སོགས་བསམ་གཏན་གྱི་ལུས་སམ་བྱ་

བ་ལ། གང་ཇི་ལྟར་གནས་པ་ཡི་ཚུལ་དེ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཐུག་  
འཚེལ་ནས། དེ་དག་མ་ལུས་བདག་གིས་བཤྱད་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །དེ་  
ལ་འོག་ཏུ། རིག་སྒྲགས་དེ་ཉིད་མ་ལུས་དང་། །ཞེས་སོགས་ཚིགས་སུ་བཅད་  
པའི་དོན་བཞིན། དེ་ཉིད་གསུམ་ལེགས་པར་ཤེས་ཤིང་། དེའི་དོན་ལ་ཅེ་  
གཅིག་མ་ཉམ་པར་བཞག་པའི་བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པར་ཐུར་ན་དཔོན་གྱི་བ་  
ཚིགས་མེད་པར་འཐོབ་པར་ངེས་པའི་བྱིར། ཐོག་མར་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་གཏན་  
གྱི་བསྒྲགས་པ་བརྗོད་པ། གསང་སྒྲགས་བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པས་བསྟན་ཏེ། གསང་སྒྲགས་དེ་ཡི་བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བ། རྫོང་མིན་ལ་  
མཚོགས་ཏུ་གསང་བ་རྒྱད་སོ་སོ་ན་ཡང་སྤྱིར་པོ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་མན་ངག་འདི་  
འདྲ་གསལ་པོར་མ་བསྟན་ཅིང་སྤྲས་པར་གྱུར་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་དོ་  
རློག་པའི་ཏེར་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་བསམ་གཏན་བྱིམ་འདིར་མ་སྤྲས་པར་  
ཡང་དྲག་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། རྫོག་གསུམ་ཉེས་པ་མེད་པར་དྲང་པོར་སྤྱིར་  
བའི་དྲང་སྤྱིར་གང་ཞིག །ཁྱེད་དང་གཙང་སྤྱི་རྒྱུད་པ་སོགས་ཀྱི་དཀྱའ་ཐུབ་  
ཆེན་པོ་ཅན་དེ་དག་གི་ཡིང་། སྒྲགས་བསྒྲས་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་ཐབས་དེ་  
དྲག་མེད་ན་སྒྲགས་བསྒྲས་པ་ལ་ཆེར་བརྩོན་ཡང་མི་འགྲུབ་པ་ཡིན་ན་པལ་  
པ་མ་བསྤམ་བདག་གིས་ལྟ་ཅི་སྤྱི་ཏེ་མི་འགྲུབ་པོ། །གསང་སྒྲགས་ཚུལ་བཞིན་  
རྒྱུ་བའི་ཐབས་དང་ལྡན་པ་བདག་ཉིད་ལྟར་བསྒྲུལ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཅན་དེ་  
ནམས་ཀྱིས། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྒྲས་བརྗོད་གང་ཞིག དཔེར་ན་མེ་འདྲུང་

བ་དང་འདྲ་བ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ཐུང་གིང་སྒྲུག་པར་བྱེད་ཅིང་། དྲིན་རྒྱབས་ཀྱི་  
 ཚིང་བལ་ཆེ་ཆིང་ལོ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་བས་སྒྲེ་བ་དང་འཆི་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐལ་  
 འདྲིག་པར་བྱེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་རྩོ་རྩེ་ཅན་གྱིས་སྒྲོན་བདག་ལ་གསུངས་སོ། །  
 གྲུ་མཚན་དེ་བས་ན། དེ་འདྲིར་གསུང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསམ་གཏན་གང་ཞིག་གསལ་  
 བར་སྒྲུང་ཞིང་། དེས་ཡིད་ལ་རེ་བའི་འབྲས་བུ་སྦྱུང་བས་རང་སེམས་ཡོངས་  
 སྒྲུ་ཚིམ་པར་བྱ་བའམ། ཡང་ན་བསམ་གཏན་གྱི་བདེ་བས་རང་རྒྱུད་ཡོངས་  
 སྒྲུ་ཚིམ་པར་བྱ་བ་བསམ་གཏན་མེ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ལ། སྤྲུགས་ཀྱི་དྲོས་གྲུབ་  
 འདྲོད་པ་དག་གིས་ནི། ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་དྲག་པར་རྒྱན་ཏུ་སྦྱོར་བར་བྱ་སྟེ།  
 འདྲོད་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་མ་གྱུར་གྱི་བར་བརྩོན་པ་མི་གཏོང་བར་བྱ་ལོ། །  
 དེ་ལྟར་བསྐྱས་བརྫོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་ལ་བསྐྲགས་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས།  
 བསམ་གཏན་དངོས་བཤད་པ་ལ། དེ་ཉིད་གསུམ་སྒྱུར་བསྟན་པ་དང་། བསྐྱས་  
 བརྫོད་ཀྱི་དེ་ཉིད་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། དོན་  
 བསྐྱུ་བ་གཉིས། དང་པོ། ལྟ་ཡི་སྒྲུ་ཡི་གནས་དེ་ལ། ཞེས་པ་ནས། བསྐྱས་  
 བརྫོད་གཞན་དུ་མི་བྱ་ལོ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། འདི་དག་གི་སྒྱུ་དོན་  
 མདོར་བསྐྱས་སྒྲོན་དུ་བརྫོད་ན་གོ་བདེ་བས་དེ་བཤད་པ་ལ། གཞུང་འདིར་  
 གོང་དུ། རྣལ་འབྱོར་ཐབས་ནི་ཀུན་བསྟན་པ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་  
 མཚོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་བདེ་ཞིང་ལྷུང་བར་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ནི་  
 མདོར་བསྐྱུན་གཉིས་ཏེ། གཙོ་བོ་བསྐྱས་བརྫོད་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། དེའི་གོགས་

སྤྱེས་པར་དགོས་པ་དབང་ཅོད་པ་དང་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་བ་ལྟོན་དུ་སོང་ནས།  
གཙང་སྒྲ་དང་སྒྱིན་སྟེག་མཆོད་པ་སོགས་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་སྒྲ་ཆོགས་མ་ཉམས་  
པར་ཉམས་སྤྱེས་ལོན་པ་ཡིན་ནོ། །ལམ་དངོས་ནི་དེ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་  
ཏེ། དང་པོ་བསྐྱུང་བྱ་རིག་སྒྲགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། འབྲས་བུ་མཐར་ཕྱིན་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲ་དེ་བཞིན་གསེགས་བཤམ། དེའི་སྒྲས་ཀྱི་བྱ་བའི་རྩྭ་ལ་དུ་  
སྟོན་པ། འཇམ་དཔལ་ལམ། སྒྱུན་རས་གཟིགས་སམ། དུག་ན་རྩོ་རྩེ་འཛིན་  
པ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཉིད་རྣམ་པར་  
རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱར་ཤར་བའི་སྒྲ་ཡི་དབྱིབས་དང་། རིག་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲ་དང་།  
ཕྱག་རྒྱ་ལྟུང་ལ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་སྤྱང་བ་ལ་བརྟེན་དོ། །

བསམ་བྱ་ལྟ་ཡི་རང་བཞིན་དེ་ལ་དབྱེན། གཟུགས་ཀྱི་ལྟ་དང་། རྒྱའི་ལྟ་དང་།  
དོན་དམ་པའི་ལྟ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལའང་སྒྱུན་སོགས་ཡན་ལག་རྣམས་  
ཀྱི་ཆ་དང་ལྟན་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ཀྱི་སྒྲ་དང་། དེའི་ཕྱག་རྒྱ་ལའོར་ལོ་དང་རྩོ་  
རྩེ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཡི་ལྟ་ལ་སྒྲ་གདངས་དང་། ཡི་གའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་སྟེ་བ་གཉིས། དང་པོ་སྒྱར་བརྟེན་པའི་ཡི་གེ་ལའང་།  
སྒྲ་གདངས་ཙམ་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་བཞུགས་དང་། རྩལ་བཞུགས། ཡིག་འབྲུ་  
རེ་རེ་ལ་སེམས་པའི་རྟོག་པ་དང་གསུམ་མོ། །དོན་དམ་པའི་ལྟ་ལ། ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་དང་། དེ་ལ་དམིགས་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་གཉིས་  
སོ། །སྒྲུབ་པ་པོ་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། འདི་ལྟར་ལའོར་བར་བདེ་སྤྱད་

མྱོང་བ་པོ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་འཐོབ་པའི་རྟེན་དུ་སྦྱར་བ་ནི་སྤང་བོ་ལྟའི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་འདི་ལས་གཞན་དུ་མེད་ལ། སྤང་བོ་ལྟ་བོ་ནི་དུ་མ་ཚོགས་པ་  
 དང་སྐྱད་ཅིག་མར་འབྱུང་བའི་རྒྱན་ཙམ་ཡིན་གྱི། འདི་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་  
 རོ་བོས་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་མོད། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་སྤང་བ་  
 ལ་སྦྱར་བ་གང་བུ་མི་རུང་བ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུ་འདི་ཙམ་ལ་བདག་གི་དེ་ཁོན་ཉིད་  
 གྱི་ཐ་སྐྱད་བྱ་ཞིང་། ཡང་དག་པར་དབྱེད་ན་ཚོགས་པ་དང་རྒྱན་རྫས་སུ་མེད་  
 ལ། ཚོས་སོ་སོ་བ་ཚོགས་པ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་ཞེས་བ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་  
 རྫས་སུ་མ་གྲུབ་ཅིང་། ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དང་སྐྱད་ཅིག་མའི་  
 ཆར་ཡང་གྲུབ་པ་མེད་པས་གཞི་རྩ་དང་བྲལ་བ་ཞིན་རྟེན་འབྱུང་གི་སྤང་བ་ཚུ་  
 གླུ་ལྟ་བུ་འགོག་པ་མེད་པ་ཡིན་པས། བདག་དེ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་གང་དུ་འང་མི་འབྱེད་དེ་ཤེས་པར་བྱར་མེད་ལ། བདག་དེས་གཟུགས་སོགས་  
 ལ་དམིགས་ཤིང་འབྱེད་པ་འང་རྣམ་པར་སྤངས་པས། སྤང་བོ་བདག་མིན།  
 དེ་དག་ཅན་རྩལ་ཏུ་ལྡན་པ་མིན། བདག་གིས་སྤང་བོ་ལ་དབང་བ་སྦྱར་བ་འང་  
 མིན་པས། བདག་ཏུ་འདོགས་པའི་ཀྱན་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡུལ་ལས་  
 གྲོལ་བ་ཡན་ལག་མེད་པ་འཇམ་ཡན་ལག་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །  
 གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་དེ་དང་དེའི་  
 ཐ་སྐྱད་བྱེད་པས་ན་བདག་རྣམ་ཤེས་ཙམ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་ན། ཀྱན་ཏུ་རྟོག་  
 པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་མི་ལམ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་དུ་སྤང་བའི་དུས་ན།

ལོངས་སྤྱད་བྱ་དང་སྤྱོད་བྱེད་དུ་སྒྲུང་མོད་གྱི། སེམས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོར་གྲུབ་  
པ་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་གྱི་ཆ་ཙམ་ཡང་ཕྱི་ནང་མེད་ནང་ནང་མེད། དབྱིབས་དང་  
ཁ་དོག་སོགས་ཆོས་གང་གི་རྣམ་པར་ཡང་གྲུབ་པ་མེད་པས་སེམས་དེ་ནི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱན་ལྗས་ཀྱང་བལྟ་བར་བྱར་མེད་པ་ཕྱ་བརྟོགས་དགའ་  
བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ཡིན་པས་མདོར་ན་བདག་དང་མུང་པོ་དང་རྣམ་  
རིག་གི་སྒྲོས་པ་ཀུན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །

འགྲེལ་པ་ལས་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་རིགས་པས་དབྱུང་པའི་སྟོང་བ་ཙམ་  
ལ་མི་བྱའི། བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཚན་  
ཉིད་དེ་ཐོབ་ན་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བས་དེར་འཛིན་གསུངས། མདོར་ན་རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་གྱི་ཆོས་ལས་འདས་ཏེ་སྒྲུང་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
ཡེ་ཤེས་གྱི་བཞུགས་ཚུལ་གཏན་ལ་ཟེབས་ན། བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱང་  
དེ་ཡིན་ལ་དོན་དམ་པའི་ལྟ་ཡང་དེ་ཚུལ་གཅིག་སྟེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་གནས་  
ལྷགས་དང་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཚུལ་དེ་ལ་མཉམ་  
པར་བཞག་ན་མཚན་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱུང་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་སློབ་དཔོན་  
གྱི་འགྲེལ་པར་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི། བདག་དང་མུང་པོ་རྣམ་རིག་གི་  
སྒྲོས་པ་ལས་འདས་པའམ་ཡན་ལག་མེད་པ་ཞེས་སྒྱིར་བསྟན་ནས། བྱེ་བྲག་  
ཏུ། དམིགས་པ་གཟུགས་སོགས་མེད་པ། དམིགས་བྱེད་གྱི་རྣམ་པ་མེད་པ།  
མི་གཡོ་བ། རབ་ཏུ་འོང་གསལ་བ། རང་རིག་པས་གསལ་བར་རྗེས་སུ་སྤྱོང་

བ་སྟེ་མཚན་ཉིད་ལྡེམ་དུག་ལྡན་དུ་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་པམས་ནས་དེ་ལ་སྟོ་གཞག་པར་  
བྱའོ། དེའི་རྗེས་སུ་ལྟའི་རང་བཞིན་དུ་བསྒྲུབ་པ་ནི་གྲི་ཡ་ལྟ་དུག་ཅིས་གསལ་  
པ་སྟེ། དང་པོ་སྟོང་པའི་ལྟ་ནི། བདག་དང་ལྟའི་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་  
དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་ཅིང་བྱད་མེད་པས་བདག་དང་ལྟ་རང་བཞིན་གཅིག་  
པའི་དེས་ཤེས་སམ་ང་རྒྱལ་དུ་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་ནོ། །དེའི་རང་ལས་ལྟ་གང་ཡིན་གྱི་སྒྲགས་གྱི་ཡི་གེའི་སྒྲིག་གདངས་ཅམ་  
ནམ་མཁའ་ལས་གསལ་པར་བསམ་པ་སྒྲུའི་ལྟ་འོ། །གདངས་དེ་ལས་སྒྲགས་  
གྱི་ཡི་གེའི་གཞུགས་གྱི་རྣམ་པར་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲུང་བ་ནི་ཡི་གེའི་ལྟ་འོ། །དེ་  
ནས་གཞུགས་གྱི་ལྟ་མཛོན་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར། བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ལྟ་བུའི་དགྱིལ་ལ་ཁོར་གྱི་རྣམ་པར་གྱུར་པའི་སྟེང་དུ་ལྟའི་རོ་བོ་སྒྲགས་གྱི་  
ཡི་གེ་དེ་དག་འདུས་ཏེ། དག་པའི་དདུལ་ཆུ་གསེར་གྱི་སྟེ་མ་ལ་ཞེན་པ་ལྟར་  
འདྲེས་པ་ལས་བདག་དང་ལྟ་གཉིས་སུ་མེད་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་  
ལས་འོད་འཕྲོས་འཕགས་པ་མཚོན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱས་པ་སོགས་གྱི་སྟོ་  
ནས་ལྟ་བུའི་ལྟའི་གཞུགས་གང་ཡིན་པ་གསལ་ཞིང་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ང་  
རྒྱལ་བྱ་བ་ནི་གཞུགས་གྱི་ལྟ་འོ། །དེ་ནས་དེའི་འཚོག་མ་དང་སྒྱིག་ཅུག་སོགས་  
སུ་ལྟ་གང་ཡིན་པའི་རིགས་གྱི་ཕྱག་རྒྱས་བཏབ་པས་བརྟན་ཞིང་བྱིན་གྱིས་རྒྱོབ་  
པ་ནི་ཕྱག་རྒྱའི་ལྟ་འོ། །དེ་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་དེའི་སྒྱུ་དང་ཡན་ལག་གི་ཆ་ཤས་

རེ་རེ་ནས་ཀྱང་གསལ་བདབ་ལ་དེའི་མཚན་མ་ལ་སེམས་བརྩུང་ཁིང་འདི་དང་  
འདི་ལྟ་བུ་ཞེས་བརྟག་པ་ལ་རྒྱུན་དུ་སེམས་བཞག་པ་ནི། རྟོག་པའི་ལྟ་འཕམ་ཀུན་  
རྫོང་གི་སྒྲུའམ་མཚན་མའི་ལྟ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མཚན་བཅས་ལྟའི་རྣལ་  
འབྱོར་གྱི་བསམ་གཏན་དེ་ཉིད་སྟོག་རྩོལ་བསྐྱམ་པའི་སྦྱོར་བསམ་གཏུན་ནས་བསྐྱེམ་  
བས། མཐར་རྩོལ་བ་མེད་པར་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཏེ་མངོན་དུ་གསལ་བ་ན་ཏིང་  
ངེ་འཛིན་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལྟ་སྒྲུའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྟན་པའི་སྟོ་  
ནས་བཞུས་བརྫོད་བྱེད་པ་ལ། བཞུས་བརྫོད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཡན་ལག་བཞི་  
དང་ལྟན་པ་སྟེ། གཞུང་གི་དགྲུས་སུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ནི་གཞུང་གི་ཆོག་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་རིག་སྒྲགས་གྱི་བཞུས་  
བརྫོད་བྱེད་པར་འདོད་བས། རང་གིས་གང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ལྟ་ཡི་སྒྲུ་དངོས་  
སུ་དམིགས་པ་འཕམ་སྒྲུ་དེ་ཡི་གནས་སམ་རྟེན་རི་མོར་བྲིས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་  
ལ། སྒྲགས་བཞུ་བའི་དྲང་པོ་ཁོ་ན་ར་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པ་བྱས་  
ནས་ནི་ཞེས་དེས་མཆོན་ནས་གཙང་སྒྲུ་ལ་གནས་གིང་བདག་གནས་ཡོ་བྱད་  
བསྐྱང་ཕྱིར་མཚམས་བཅད་པ། ཆོགས་ཁིང་སྒྱུན་དྲང་པ་སྟོག་པ་བཤགས་པ་  
ལས་དབུལ་བ་སོགས་ཆོག་འདི་སྦྱོར་བ་རྣམས་ཤུགས་གྱིས་བསྟན་པ་ཉིད་དུ་  
གེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་བཞུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཕྱིར། བདེ་བའི་སྟན་ལ་  
སྦྱིལ་གྱུང་ལ་སོགས་པའི་གནས་བཅས་ཏེ་འདུག་ཅིང་། ཞེས་སམ། ཡང་ན་  
དམིགས་པ་ལ་ཅུ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་གནས་བཅས་པ་འཕམ་བཞུང་



ཞིང་ཞེས་སོ། །སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཐབས་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་སྐྱབ་པོ་དེས།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་རང་གི་མདུན་དུ་བསམ་ནས་ནི། བསྐྱེད་པ་སོགས་  
 ལས་གྱི་སྒྱུར་བ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱི་སྒྱུན་སྒྲར་བྱའོ། །དེའི་རྗེས་  
 སྤུངས་ཕྱི་ནས་བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མིག་སོགས་ཡུན་ལྷག་གི་ཆོས་སྤྱད་གས་  
 པ་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ཉིད་ཡུལ་གཞུགས་སྤྱི་མི་འབྱུང་  
 པའམ་མི་དམིགས་ཤིང་། ཡུལ་ཅན་སྒྲོས་གཞུགས་སོགས་ཆོས་སྤུངས་  
 པའམ་འབྱུང་པའི་རྣམ་པ་སྤངས་ཏེ་གཞུང་འཛིན་མེད་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་  
 ཤེས་པ་ཡུལ་མིན་པ་སྤུ་ལ་རྟོགས་དཀའ་བ་སྤེལ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཅུམ་  
 དུ་འང་མི་དམིགས་པ། སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་དོན་  
 དམ་བྱང་ཚུབ་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྟོགས་  
 བས་དེའི་རང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། མོད་པ་སོགས་ཀྱིས་མི་གཤོ་བར་  
 གནས་ཀྱང་། ལུག་པ་སོགས་དང་བྲལ་བས་གསལ་བ་སྟེ་མཆོན་ཉིད་དུག་  
 ལྷན་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དེ་ནི། སྐྱབ་པ་པོའི་སྒྲོ་ཡི་དབྱེད་པ་སྟེ་སོ་སོ་རང་རིག་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མདུན་ན་གནས་པ་རང་ཉམས་སྤྱབ་སྟར་པའི། བདེ་ག་གི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདྲི་འདྲར་སྒོ་བཞག་ནས་ནི། དེའི་རྗེས་སྤྱི་མི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དམ་སྤྱུགས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་བསྒྲོམ་པར་བྱ་བ་ནི་གོང་  
 དུ་སྤྱད་ཀྱང་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྤྱང་ལ་སེམས་བསྐྱམས་ནས་  
 བཞག་པས་མཐར་ཕྱོད་པ་མེད་པར་རྟོག་མེད་དུ་གསལ་བའི་ཉིད་དེ་འཛིན་

ལ་གནས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སོ། །སེམས་བསྐྱམ་པའི་ཚུལ་བརྒྱས་བརྟེན་  
 གྱི་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ། རྫོག་རྒྱུད་དྲ་ཚོལ་བ་  
 དན་པ་ལྟེ་དེ་གཉིས་རྩ་བ་དུ་བསྐྱམ་པ་ནི་རྫོག་ཚོལ་བསྐྱམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་  
 ལ། དེ་དང་ལྡན་པའི་རྫོགས་བརྒྱས་བརྟེན་བྱའོ་ཞེས་སོ། །རྒྱུད་གཞན་ནམ་  
 རྒྱུད་མངོན་བྱང་ལས་ཀྱང་། རྫོག་ཅེས་བྱ་བ་རྒྱུད་དུ་བཤད། ཚོལ་བ་དན་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་གཉིས་བསྐྱམས་པར་བྱས་ནས་སྟ། །བརྒྱས་བརྟེན་འབུམ་  
 རྣམ་གཅིག་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྫོག་ནི་རྣམ་རྟོག་གཡོ་བའི་བཞོན་  
 པ་རྒྱུད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་དང་ན་བ་སོགས་དབང་པོའི་རྫོག་དང་། མཚན་  
 མ་དང་བྲག་རྒྱ་དང་བ་སྟུའི་མཐར་བྲག་པར་རྒྱ་བ་རྣམས་དུས་སྟེན་གྱི་ལུས་  
 བསྐྱམ་ཞིང་། ལྟེ་ཡིས་རྒྱ་འཛིབ་པའི་ཚུལ་ལྟར་ནང་དུ་བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱུད་འབྱེན་  
 འབྲུག་དེ་དག་རང་སར་དགག་པ་དང་། ཚོལ་བ་ནི་རྒྱབས་འདིར་དན་པ་ལྟེ་  
 སེམས་ཀྱི་འབད་ཚོལ་སྒྲ་ཚོགས་གཡོ་བ་དེ་ཉིད་བཀག་ནས་གང་ལ་དམིགས་  
 པ་དེ་ཉིད་ལས་གཞན་དུ་མི་གཡོ་བར་བསྐྱམ་པར་བྱ་བ་ལྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱིར་  
 རྫོག་ཚོལ་བསྐྱམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱབས་གཞན་དུ་རྫོག་ཏེ་རྒྱུད་གི་གཡོ་བ་ཚོལ་  
 བས་བཀག་པ་དང་། རྒྱུད་རང་གནས་སྟེ་བཅིངས་བས་འཛིབ་མེད་པའི་རྫོག་  
 ཚོལ་རྫོམ་བར་བྱེད་པ་ལ་རྫོག་ཚོལ་དུ་བཤད་པ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱབས་འདིར་  
 གོང་ལྟར་གསུངས་པར་བྱའོ། །ཚུལ་དེ་དང་ལྡན་པའི་རྫོགས་བརྒྱས་བརྟེན་གྱི་དེ་  
 ཁོན་ཉིད་བཤད་པ། རྣམས་ཀྱི་ཡི་གེའི་བློར་བའི་རྒྱ་དྲང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་

གྱི་དོ་བོ་ལྷ་བའི་དགྱིལ་ལམ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། གཞི་དང་པོ་མཐུན་གྱི་  
དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པའི་སྒྲུ་ལ་དམིགས་པ་གཞི་ལ་བ་དང་དེ་བརྟན་པར་གྱུར་  
པ་ན་གསང་སྒྲགས་མི་འགྱུར་བའི་གཞི་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཞི་གཞན་ལ་འང་བརྟན་  
པར་གྱུར་ནས་གསང་སྒྲགས་མི་འགྱུར་བའི་གཞི་ཞེས་སྒྱུར་ཏེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
ཡང་ན་གསང་སྒྲགས་མི་འགྱུར་བའི་གཞི་ཞེས་མར་སྒྱུར་ན་འང་རུང་སྟེ་གཞི་  
ཕྱི་མ་འདི་རང་ཉིད་ལྟའི་རྣམ་པར་བསྟོམ་པ་ཡིན་ལ། བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཀྱང་དེ་ཡིན་ནོ། །གསང་སྒྲགས་མི་འགྱུར་ཞེས་བར་གྱི་གསལ་ཤེད་ཀྱི་ཆོག་  
དེ་དོན་ལ་ཡན་ལག་བཞི་པོ་དུས་གཅིག་གསལ་ཞིང་བརྟན་པར་གྱུར་པ་ལ་  
གསང་སྒྲགས་མི་འགྱུར་བའི་གཞི་ཞེས་བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲགས་གྱི་སྒྲུ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྷན་དགྱིལ་དང་། བདག་མཐུན་  
ལྟའི་རྣམ་པར་བསྟོམ་པའི་གཞི་གཉིས་ཏེ་ཡན་ལག་བཞི་པོ་དེ་དང་ལྟན་ན་  
ཡན་ལག་ལྔ་ཉམས་པའི་བསྟོམ་བཞེད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་  
ཚུལ་དུ་གསང་སྒྲགས་ཉིད་ཡིད་བསྟོམ་སམ་ཤུབ་ཤུར་ཅི་རུས་སུ་བསྟོམ་བ་བྱ་  
དགོས་སོ། །དེ་ཡང་རྣམ་སྒྲུང་མཛོན་བྱང་ལས། ཡི་གེ་དང་ནི་ཡི་གེ་སྒྱུར། །  
དེ་བཞིན་གཞི་ལས་གཞིར་གྱུར་པ། ཤིན་ཏུ་བསྟོམ་པའི་ཡིད་ལ་ནི། བསྟོམ་  
བཞེད་འབྲས་ཐུག་གཅིག་བྱའོ། །ཡི་གེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཡིན་ཏེ། གཉིས་པ་  
སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། གཞི་ནི་རང་གི་ལྟ་གཞག་པ། རང་གི་ལུས་གྱི་གནས་  
ལ་བྱ། གཞི་གཉིས་པ་ནི་རྫོགས་སངས་རྒྱལ། རྒྱང་གཉིས་མཆོག་ཏུ་ཤེས་

པར་བྱ། ལྷ་བའི་དགྱིལ་ལའོར་རྣམ་དག་པ། རྣམས་པས་དེ་ལ་གནས་པར་  
 བསམ། ཡི་གེ་རྣམས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན། ཉེ་ཡི་དབུས་སུ་ལེགས་པར་དགོད། །  
 སྤར་སྤྱད་པ་ཡི་ཆོག་གིས་ཤོན། རྣོག་དང་ཚུལ་བ་རྣམ་པར་སྦྱངས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུད་དག་ལས་སྤར། དག་གི་བལྟས་བརྗོད་མེད་པར་བསམ་  
 གཏན་གྱི་སྒྲོན་མཁུགས་ལྟུང་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཐར་བ་ཐོབ་པར་གསུངས་  
 ཅ་ཡང་། ཡན་ལག་གང་ལ་དམིགས་ནས་བལྟས་བརྗོད་བྱ་བ་དང་། ཡིད་  
 བལྟས་དང་ལྟུང་བལྟས་བྱེད་ཚུལ་སོགས་གསལ་པོར་མ་བརྟན་བ་རྒྱུད་འདིར་  
 གསལ་བར་བརྟན་པའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་གྱི་ཕྱི་མ་ཞེས་མཆོད་དུ་སོགས་པའང་  
 ཡིན་ནོ། ཉེ་ཡང་རང་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་གསལ་བའི་སྒྲོ་བ་པོས་རང་གི་  
 མདུན་དུ་བཞུགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཐུགས་ཀར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 གྱི་རང་བཞིན་ལྷ་བའི་དགྱིལ་ལའོར་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་བཀོད་པའི་གསང་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡི་གེའི་ཐེང་བ་ལ་དམིགས་ནས་སྣོག་ཚུལ་བསྐྱམ་ཏེ་བལྟ་བར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ། ཉེ་ལྟར་སྤྱད་དང་སེམས་དང་བདག་དང་ལྟའི་གཞི་བཞི་པོ་འདི་ནི་  
 དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་གཞི་ཡིན་པས་གཞི་བཞི་ཞེས་བྱ་ལ། བདག་གི་གཞི་  
 ལ་གཞི་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་སོགས་སྤང་པོའི་ཆོས་འདི་  
 དག་སེམས་ཅན་ལལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་དང་གཞན་དུ་རྟོག་པའི་གཞི་ཡིན་  
 ལ། འདིར་བདག་གཞན་ལྟའི་དོ་བོས་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་བའི་གཞི་ནི་དུ་  
 གྲུར་བ་ལ་བྱའོ། འདི་བཞི་དང་ལྟན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་མ་བྲལ་ན་སྤགས་

གྱི་ཡན་ལག་མ་ཉམས་ལ། བྲལ་ན་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡན་ལག་སྡེ་མ་གསུམ་  
མདུན་གྱི་ལྷའི་གཞིར་བསྒྲོམ་པའི་དམིགས་པ་མ་བཏང་བ་དང་། བདག་གི་  
གཞི་ལ་ང་རྒྱལ་མ་བཏང་བར་གཞི་བཞི་དུས་གཅིག་གསལ་བའི་ངང་དུ་གནས་  
བར་བྱ་ཞེས་གསུངས། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་བར་གྱུར་ན་བདག་དང་མདུན་གྱི་ལྷ་  
དང་སྐྱེས་གྱི་དམིགས་པ་བཏང་སྟེ། བདག་གི་ལུས་ཐ་མལ་བར་བསམ་བས་  
ལྷང་ལ་ངལ་སྒྲོམ་པར་གྱིས་ཤིག ཅེས་གསུངས་ཏེ། དམིགས་པ་གཏོང་  
ཚུལ་ནི། མདུན་གྱི་ཡི་གའི་ཡིག་འབྲུའི་དབྱིབས་ལ་སེམས་པས། རྒྱ་གདངས་  
ལ་དམིགས་པ་བཏང་ངོ་། །ཡི་གའི་དམིགས་པ་བཏང་སྟེ་རྒྱ་དཀྱིལ་ཙམ་དང་།  
དེ་བཏང་སྟེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱ་ཙམ་དང་། དེ་བཏང་སྟེ་རང་ལྷའི་  
རྒྱར་གསལ་བ་དེའི་བྱུགས་ཀའི་རྒྱ་དང་ཡིག་འབྲུ་དང་རྒྱ་བ་དང་ལྷ་རྒྱ་དང་།  
རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་། མཚན་མ་མེད་བཙེས་ཀྱི་རྒྱ་  
ཚོས་ཀྱི་དབྱིབས་དམིགས་པ་མེད་པ་ལ་རིམ་བཞིན་དམིགས་པས་སྡེ་མ་སྡེ་  
མ་བཏང་སྟེ་རྒྱོམ་པ་དང་བྲལ་བའི་ངང་དུ་དར་གཅིག་བཞག་ལ། དེའི་ངང་  
ལས་བདག་ཐ་མལ་བ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ལུས་སུ་གནས་པའི་རྣམ་པར་ལྷང་ལ་རྒྱ་  
མ་ལ་སྐྱོགས་པའི་ཚུལ་དུ་ལྷ་ཞིང་ངལ་བསོ་བར་བྱའོ། །

མདོར་ན་རི་མིན་བཞུས་པ་བྱེད་པ་དེ་མིན་དུ། བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པར་  
བསྐྱེད་གོས་པས། ཡིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
རྒྱ་བདེ་མ་མེད་པའི་དཀྱིལ་ལའོར་དུ་སྒྲུང་བ་ལ་དམིགས་པ་ཤིན་ཏུ་གོམས་

པའི་གསལ་སྒྲུབ་ཞིང་མི་གཡོ་མི་འགྱུར་བ་དེ་ནི་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྤང་བའི་  
ཡི་གེར་ལྷན་བ་བསྒྲུབ་བ་དེ་ཉིད། དངོས་གྲུབ་སྒྲུབ་པའི་གཞི་མདུན་དུ་བསྒྲུབ་  
པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྒྲུ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲུགས་ཀར་བསྒྲུབ་པ་ལམ་དངོས་གྲུབ་ཅོད་  
པའི་གཞི་གྲུར་བ་བདག་ལྟའི་སྒྲུར་བསྒྲུབ་པའི་སྤྲུགས་ཀར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
བསྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ལྟའི་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྤང་བ་དེ་དག་གང་དུ་གནས་  
ཤིང་འཁོད་པའི་གཞི་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་ནི་རྒྱ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་རྣམ་པ་གང་  
དུ་བརྟག་བ་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདག་  
ཉིད་ཅན་དེ་ནི་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱེད་བ་བྱའོ་ཞེས་ཆོགས་བཅད་འདིས་བདག་  
མདུན་གཉིས་ཀའི་སྤྲུགས་ཀར་རྒྱ་བ་དང་སྒྲགས་སྤང་འཁོད་པ་ལ་དམིགས་  
པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ཡང་མ་ཡེངས་པར་ནན་ཏན་དུ་བྱ་དགོས་པས་མིག་སྟོགས་  
དབང་པོའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱུང་ཐམས་ཅད། རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནང་དུ་སྒྲར་སྒྲུད་  
བ་ཡིས་ཕྱིར་མི་འཕྲོ་ཞིང་མི་གཡོ་བར་བཀུག་ནས་ནི། སྒྲོག་རྒྱུང་དྲར་རྩྭ་ལ་  
བ་ཡིད་ཀྱི་འགྲུ་དྲན་གཉིས་ཀའི་འཕོ་བར་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ནི། གསང་  
སྒྲགས་ཀྱི་རྩྭ་ལ་ཤེས་ཤིང་རིག་པས་སྒྲགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ལ་དམིགས་པ་མ་ཡེངས་  
པར་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་འབྱུང་འཇུག་གི་རྒྱུང་དང་དབང་པོའི་བྱེད་བ་  
དང་སེམས་ཀྱི་དྲན་རྩྭ་ལ་སྒྲུ་ཆོགས་ཅུ་གཅིག་མི་འཕྲོ་བར་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ། དག་  
ཏུ་བརྟེན་བ་དབྱངས་ཀྱི་བརྒྱས་པ་མི་འོང་བས། ཡིད་ཀྱི་བརྒྱས་བརྟེན་འབའ་  
ཞིག་བརྩམ་པར་བྱའོ། །སྒྲོག་རྩྭ་ལ་བསྐྱེད་པ་སྟོགས་འདྲི་ཉིད་ཀྱི་ནི་ཆོ་ག་

དང་མ་བུལ་བ་ཡིས། ཡང་ན་ཅུང་ཟད་མྱོད་པའི་ཚུལ་དུ་བྱུང་བུར་བཞུ་བ་  
བྱ་ཡང་རུང་མོད་དེ། འོན་ཀྱང་ཡིད་བཞུས་ནི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྐྱེས་ས་  
རིག་དངོས་གྲུབ་འདོད་པ་ཡིས། བཤད་མ་ཐག་པའི་ཚུལ་དེ་ལས་ངག་དུ་  
བརྗོད་པའི་བཞུས་བརྗོད་གཞན་དུ་མི་བྱུང་། །མདོར་ན་སློག་ཚེལ་བསྐྱེད་ས་  
ཤིང་དབང་པོའི་སློན་ནས་ཤེས་པ་ཡན་པར་མི་བཏང་བར། མིག་ཟིམ་བུ་ལྟ་  
སྟངས་ཅུང་ཟད་མྱོད་དེ་མདུན་གྱི་གཞི་སོགས་གསུམ་ལ་ཅེ་གཅིག་དམིགས།  
བར་བར་སྒྲིའི་རྒྱུང་གཏོང་བ་ན་རང་ལུས་ལྟ་ཉིད་དུ་བཟུ། རི་མིད་བཞུས་པ་  
གོལ་གྱི་བར་དེ་ལྟར་བྱ་ཞིང་། རྒྱུང་ཕྱིར་འཕྱིན་ཆེ་མདུན་གྱི་ལྟ་ཡི་ཐུགས་  
ཀར་ཞུ་བ་དང་སྐྱེས་ས་ཐེང་བཅས་པ་མི་འགྱུར་བ་ལ་དམིགས། བར་དུ་རུབ་  
ཆེ་བདག་གི་དེ་གསུམ་ལ་དམིགས་པ་གཙོ་ཆེར་བྱ་བ་རེས་མོས་བྱ་ཞིང་། དེ་  
ལྟ་བུའི་ངང་དུ་གནས་པ་ལ་ཡིད་གྱི་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆགས་སོགས་ཉོན་  
མོངས་པ་མ་ལངས་པས་དག་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་གསལ་ལ་ནག་འོག་མེད་  
པས་ན་དག་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་ཞིང་། བཞུས་པ་གཏོང་  
ཆེ་བདག་ལ་ངལ་གསོ་བ་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་བྱུང་། །མདུན་གྱི་ལྟ་དེ་རང་  
གི་ཆད་ལས་ཅུང་མཐོ་བར་བསམ་ཞེས་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུས་གསང་  
བས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དོན་བསྐྱེད་པ། རིག་སྐྱེས་དེ་ཉིད་མ་ལུས་དང་སོགས་ཆོགས་བཅད་  
གཅིག་གིས་བསྟན་དེ། རིག་སྐྱེས་གྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་ལྟ་དུག་གི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་

པའི་རིམ་པ་མ་ལུས་དྲང་། བདུག་གི་དྲེ་ཁོན་ཉིད་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་ལ་སྤངས་  
ཅོམ་ལྟ་ཡི་སྤྱོད་རིག་འོད་གསལ་གྱི་ངོ་བོ་ཅན་དུ་བསྒྲོམ་པའི་ཚེ་གྲ་དྲང་།  
བཟླས་བརྟེན་གྱི་དྲེ་ཁོན་ཉིད་ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྟན་པ། མཚོག་གི་དོན་དེ་  
དེ་ཉིད་ནུམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ལེགས་པར་ཤེས་ན། སྤྲུགས་སྤྱབ་པར་བྱེད་  
པའི་མིས་ནི་དྲོས་གྲུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོམ་ཉི་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་བཟླས་བརྟེན་གྱི་ཡན་ལག་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ། བཟླས་བརྟེན་  
གྱི་དེ་ཉིད་གསུམ་བཤད་པ་དང་། རིག་སྤྲུགས་ཉེ་བ་སོགས་གྱི་རྒྱལ་བཤད་  
པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། བཟླས་པ་བྱེད་པའི་གནས་བསྟན་པ་དང་། བཟླས་  
པའི་བསམ་གཏན་གྱི་མན་ངག་དེ་ཉིད་གསུམ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ།  
དབེན་པའི་སྤྱོད་མོས་ཚལ་སོགས་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། བཟླས་  
པ་བྱེད་པའི་གནས་ནི་སྤྱོད་པོས་དབེན་པའི་སྤྱོད་མོས་ཚལ་དྲང་རྒྱ་བོའི་དོགས།  
རི་ཡི་ལྷག་དྲང་རི་བོར་དང་ནགས་ཚལ་སོགས་མཚན་ཉིད་ལྟན་པའི་གནས་  
གང་དུ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་རིག་སྤྲུགས་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ་གནས་སུ།  
གསོ་སྦྱང་སོགས་སྟོམ་པ་ཡིས་རྒྱུད་བསྐྱམ་པའི་སྤྲུགས་སྤྱབ་པ་པོ་བཟླས་བརྟེན་  
གྱི་བསམ་གཏན་བྱེད་ཅིང་གནས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ་ལམ་དངོས་དང་། དེའི་ཡན་ལག་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ། གསང་སྤྲུགས་མེར་གནས་སོགས་  
ཚིགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། སྤྲུགས་ངག་ཏུ་བརྟེན་པའི་བཟླས་པ་



མེད་པར་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲོན་ལྡན་གྲུབ་ཚུལ་གསུངས་པ། གསུང་སྒྲགས་མེད་  
གནས་པ་བསྒྲོམ་པས་འདོད་པའི་དྲོས་གྲུབ་སྟེར་བ་དང་སྒྲ་གནས་གྱིས།  
ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་སྟེར་བར་དྲན་ཏེ་འདི་གཉིས་མངོན་པར་འདོད་  
པའི་དྲོས་གྲུབ་འགྲུབ་པའི་ཐབས་ཁྱད་ཅན་ཡིན་ལ། སྒྲ་མཐུར་དམིགས་  
ན་ཐར་བ་སྟེར་བ་ཉིད་དེ། འདི་དྲག་ནི་སྒྲགས་བསྒྲུབ་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་  
དེ་ཉིད་གསུམ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་སོ་སོ་ཡོད་ཀྱང་སྒྱིར་བཞེས་སྟེ། མི་  
འབྱེད་ལས་བྱུང་ཞེས་པ་ནས། སྒྲོ་བློས་ཞི་བ་བརྟན་པར་སྦྱད། ཅིས་པའི་  
བར་གྱིས་བསྟན་ཏེ། དབང་ཤེས་གྱིས་མི་འབྱེད་པ་ཡིད་དེ། དེ་ལས་བྱུང་བ་  
སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་དངོས་པོ་རྣམས། སྒྲོ་བློས་ཅན་གྱིས་ནི་བདག་གི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལའོ། དེ་ལྟར་མིན་ནའང་ནང་དུའང་ཡིད་  
ཉིད་ལ་བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱེམས་པས་ཀྱན་ནས་དགྱིས་པ་མི་འབྱུང་བའོ། །དེ་ནས་  
སྒྲགས་པ་དེ་བདག་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོས་པའི་ཡན་ལག་ཀྱན་ལས་འདས་པ་སྒྲུང་  
བ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གནས་པར་བྱས་ནས། བསམ་གཏན་གྱི་རྒྱུད་ཡུལ་  
གང་ལའང་ཞེན་བ་མེད་པར་བསམ་བའོམ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །འདི་ནི་བསྒྲོམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང་འཇུག་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལ་སྒྲ་གནས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་དེ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན། བཤད་  
པ། སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲགས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཐེང་བར་སྦྱར་བ་ཡི་སྒྲ་གང་ངས་རྟོག་

རོར་སྤང་བ་དེ་ཡིན་ལ། རྣམས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་བརྒྱུས་ལ་སྟེ་གཅིག་གི་རྗེས་  
 རྣམས་ཀྱི་འབྲེལ་ཞིང་། མི་འཇུག་བ་རྣམས་ཞེས་པ་བར་མ་ཆད་བར་གསལ་  
 སྤང་བརྟན་པའོ། །དེ་དཔེར་ན་དྲི་ལ་བུའི་སྒྲ་བཞིན་བར་མ་ཆད་བར་བརྒྱད་  
 མར་རྣམས་ཀྱི་ཡི་གེའི་སྒྲ་གདངས་འབྱུང་བ་ལ་སེམས་གཏད་ནས། རྣམས་  
 ཀྱི་སྒྲ་དེ་ལྟ་འོ་དོ་བོར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ཡིད་རོར་  
 སྤང་བ་དེ་ཡིད་ལ་ཞེན་པར་གྱུར་པའི་ཚུལ་གྱིས་སེམས་བརྟན། རྣམས་ཀྱི་  
 བསམ་གཏན་ཞེས་བྱའོ། །མེར་གནས་ནི་ཐུགས་ཀར་མེ་ཡི་ནང་ནས་རྣམས་  
 ཀྱི་སྒྲ་དེ་འབྱུང་ཞིང་། མེ་དེས་རྣམས་འབྱུལ་གཞོད་པ་སྟགས་མེད་པར་ཞི་  
 བརྟེ། རྣམས་འབྱུའི་ཚིག་རྣམས་ཆད་ལྷག་མེད་པར་དྲག་པ་དང་། མོ་མའི་  
 རང་སྒྲ་གསལ་བར་ཟུར་ཐིམ་པའི་ཡན་ལག་དང་ལྷན་བ་དེ་ལྟ་བུ། རྣམས་དང་  
 ཚུལ་བཤེད་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་བདག་གི་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་བཀག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 གྱུར་པའི་རྣལ་འབྱོར་བས། གཉིད་སྟགས་ལྷུ་ལྷུ་གས་སྤངས་ནས་ནི་ཆེ་གཅིག་  
 དུ་རྣམ་པར་བསམ་པར་བྱའོ། །སྤྱིར་ཡང་དེའི་ཚུལ་གསལ་བར་གསུངས་པ།  
 བདག་གི་སྒྲིད་གར་གནས་པའི་ཐུ་བརྟེ། ཞེས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་གཟུགས་  
 བརྟན་ཐོག་རེག་མེད་ཅིང་གོ་མ་རྟོག་པའི་ཐིམ་རྣམས་པའི་གདོས་པ་མེད་པས་  
 མོ། །དེ་གང་ཞེན། དུངས་ཤིང་འོད་གསལ་བ་དྲི་མེད་སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་ལ་འོར་  
 ཏེ། སྒྲ་དཀྱིལ་དེ་ཡི་ནང་ན་མི་གཞོད་ཅིང་ཟུག་རྟེན་མེད་ལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་ན་རབ་དུ་ཞི་བ་ཡི་མེ་ལྟེ་རབ་དུ་འོད་བཟང་བ་བསམས་

ནས། མི་འགྱུར་བ་ལྟགས་གྱི་ཡི་གའི་གཞི་ཡིག་འབྲུག་མས་ནི་དྲེར་བཞག་ནས།  
གཡེང་བ་སོགས་གྱིས་སྒྲོན་མེད་པར་བདེ་བར་འདུག་ནས། མེ་ལ་གནས་  
པའི་ལྟགས་གྱི་སྒྲུ་གདངས་བསམ་པར་བྱ་ཞེས་སོ། །

མམ་ཞེས་པ་འདམ་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ལྟར་མེ་ཡི་ནང་ན་གནས་པའི་ལྟགས་གྱི་  
སྒྲུ་གདངས་ཡིད་གྱིས་བསམས་ནས་ཡིད་བཞུས་བྱ་བའམ། ཡང་ན་ལྟའི་ལྟགས་  
ཀར་མི་འགྱུར་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་དོ་བོ་རྒྱ་དྲིལ་ལ་ལྟགས་གྱི་ཡི་གེ་བཞག་  
པའི་གཟུགས་མི་སྒྲོམ་གྱི་ལྟགས་གྱི་སྒྲུ་ཉིད་འབྲེལ་ཞིག་བསམ་པར་བྱའོ། །

དག་ཏུ་བརྗོད་པ་མེད་པར་ལྟགས་གྱི་སྒྲུ་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་གཏན་ནི་  
འབྲེལ་ཞིག་བྱས་པ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ལྟ་དང་མི་སོགས་བརྟན་གཡེང་དུ་ངོས་པོ་  
ཀྱན་ལ་གནས་པ་དམ་པའི་དཔལ་ཏེ་དཔལ་བཟང་པོ་ཐོབ་ཏེ་ཡོད་པ་དེ་རྣམས།  
རྒྱུ་པའི་སྒྲེན་བྱས་མཆོན་པས་བྱད་མེད་སོགས་གང་ཡིན་དེས་སྟོབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །ཞེས་དངོས་གྲུབ་ཅི་འདོད་པ་འགྲུབ་ཅེས་པའི་ཐམས་ཅད་། དེ་ལྟར་  
སོག་ཚུལ་བསམས་ཏེ་མེར་གནས་གྱི་བསམ་གཏན་བསྒྲོམས་པས་བཀྲེས་པས་  
མི་ཉན་པ་སོགས་མཆོན་མ་འབྱུང་ཞིང་ཤིན་ཏུ་སྤྱད་བསྟོབ་ནས་རང་གང་བསམ་  
གྱི་འབྲས་བུ་སྟོབ་པའི་བར་དུ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་བཞུགས་བརྗོད་  
གྱི་བསམ་གཏན་ནི་བྱུང་པར་འཇགས་པའི་མན་དག་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་འདི་དང་  
ལྟན་ན། སེམས་གྱི་བཞེན་པར་གྱུར་པའི་རྟ་དང་འདྲ་བ་རྒྱུད་དང་ཞོན་བྱེད་  
སེམས་གཉིས་ཀ་ལྟན་ཅིག་བཅིངས་པའི་སྟོག་ཚུལ་བསམས་པའི་བཞུགས་པའི་

ཉིང་འཛིན་ཁྱད་པར་ཅན་མུར་དུ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་བསྐྱུས་པ་གཞན་གྱིས་མི་  
རུས་ལ། ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྷན་པའི་བསྐྱུས་བཞོན་འདི་ལྟ་དང་སྐྱུགས་  
དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ལམ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པས་  
དངོས་གྲུབ་མུར་དུ་འཐོབ་ཅིང་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་མུར་དུ་སྦྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་།  
མེར་གནས་པ་དང་སྒྲ་ཡི་བསམ་གཏན་དག་ཀྱང་སྐྱུགས་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་  
ཡིན་པས་ཐུན་རྒྱུས་སུ་ཅི་རིགས་བྱའོ་ཞེས་གསུངས།

གསུམ་པ་སྒྲ་མཐའི་བསམ་གཏན་ནི། སྒྲ་མཐའ་ཞེས་པ་སྒྲ་ཡལ་བ་སྟེ། ཡལ་  
བའི་གནས་ནི་རང་བཞིན་རྣལ་མ་ཆོས་སྒྲའི་གནས་སོ། །དེ་ལ་གནས་དང་།  
དེ་མདོན་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་བཏང་བ་གསུམ་གྱིས་སྐྱུགས་  
ཀྱི་སྒྲར་སྒྲུང་བའི་རྟོག་པ་གཏོང་སྟེ། གནས་ནི་གཞུགས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་ཡིག་  
འབྱུར་དམིགས་པ་བཏང་བའོ། །མདོན་བྱེད་ནི་ཡིད་བསྐྱུས་དང་ལུབ་བསྐྱུས་  
ཀྱི་སྒྲའོ། །རང་བཞིན་ནི་སྒྲར་སྒྲུང་བ་བཏང་བའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དེ་ཉིད་བརྟན་  
བའི་ཐུར་གསུངས་པ། སྒྲའི་གནས་སུ་ཀྱུར་བའམ་བསྐྱུས་བཞོན་འབྱུང་བའི་  
གཞི་ལྟས་པ་དང་བཅས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཀྱུར་པར་སྒྲུང་བ། སྐྱུགས་པའི་  
ལུས་ལྟར་བསྒྲེལ་བ་སོགས་ཀྱི་ལྟས་བཅས་ཀྱི་རྩོལ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། ལུབ་  
ལུར་བཞོན་པའི་སྐྱུགས་ཀྱི་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡིད་ཀྱི་རོར་སྒྲུང་བའི་བསྐྱུས་  
པ་དང་། སྐྱུགས་ཀྱི་སྒྲར་སྒྲུང་བའི་ཆོག་རྣམས་སྒྲུང་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་  
དམིགས་པ་བཏང་ནས་རྣམ་པར་དྲག་པ་ནི་རིག་སྐྱུགས་དབང་པོ་སྟེ་སྐྱུགས་

གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆོས་ཉིད་དམ་ཆོས་གྱི་དབྱིངས། གློས་  
 པའི་མཚན་མཐུན་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་འདི་ནི་སྤྲུག་སྤྲུག་ཆོས་  
 གྲུག་གྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ། རྒྱལ་བཤམ་མཁུན་ཅིང་ཐུགས་སྤྲུང་པའོ། །དེ་བསྐྱོམས་  
 པས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་དོ། །ལྟོས་བཅས་ཞེས་པའི་དོན་  
 སྒྲུབ་ཡང་བཤད་པ། སྒྲུབ་སྤྱད་པ་དང་། དཀའ་ཐུབ་དང་ཡན་ལག་བཞི་དང་  
 ལྷན་པའི་བསམ་གཏན་དྲང་། གློག་ཚུལ་བསྐྱུལ་པ་དང་། དགྱིལ་འཁོར་  
 འབྲི་བ་དང་མཚན་པ་དང་སྒྲིབ་སྤྲུག་སྤྲུག་ཆོ་གའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དྲང་།  
 བདག་གི་དེ་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་གྱིས་དབྱུང་བ་བྱེད་  
 པ་སྤྲུགས། མདོར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྤྲུག་ཆོག་པའི་ཚུལ་བ་ལ་གནས་  
 པའི་སྤྲུགས་པ་རྣམས་ནི་རེ་ཞིག་སྤྱི་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་ལྟོས་པ་དང་བཅས་  
 པའོ། །དེ་ལྟར་ལྟོས་བཅས་སམ་མཚན་བཅས་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་པའི་  
 ཆོན་སྒྲོག་སྤྲུལ་རབ་དུ་བསྐྱུལ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོའི་དཀའ་ཐུབ་ཆེན་  
 པོ་རྒྱན་ཆགས་གིང་མ་ཉམས་པ་དྲང་ལྷན་པར་བྱས་ཏེ། བདག་གི་དེ་ཁོན་  
 ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་ཆོས་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་རིག་  
 སྤྲུགས་གྱི་བརྒྱལ་ཁྲག་ས་མཚོག་དང་ལྷན་པ། སྒྲུབ་སྤྱད་པ་སྤྲུགས་སྤྲུགས་གྱི་  
 ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ནི། གཞུགས་སྤྲུགས་ཕྱི་རོལ་  
 ཡུལ་གྱི་འཆིང་བ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་ཞིང་ལྟའི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པས་རྣམས་  
 གྲུབ་པར་འགྱུར་བས། ལྟ་སྒྲུའི་རྣམ་པའི་ཡན་ལག་གམ་ཆ་གས་སམ་གློས་

པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་སྣང་བ། མཚན་བཅས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་ནུན་  
ཏན་དུ་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་ནའང་མཚན་བཅས་ཀྱི་སྣང་བ་འདི་དག་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་དག་པའི་དོན་མི་གསལ་བའོ། །སྤྲལ་སྦྱབ་  
པ་ལམ་ལ་བརྩོན་པ་དེས་མཆོག་འགྲུབ་པའི་སྤྲད་དུ། ལྟོས་བཅས་ཀྱི་གནས་  
སྤྲལ་དེར་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་ཏེ་ཡི་དམ་དུ་གོམས་པར་རེ་ཞིག་བྱས་ནས་  
ནི་དོད་ཆེད་པ་ན། ཡང་དག་པའི་དོན་མི་གསལ་བ་སྤང་གཉིན་ནམ་སྤང་བ་  
དང་དོར་བའི་གཉིས་འཛིན་གྱི་དབང་གིས། དྲྀགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་བདག་  
ཉིད་ཅན་འདྲིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ལས་མ་འདས་ཤིང་། འདྲིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པ་ཡང་དག་པའི་ཆོས་ལ་ལྟོས་ན་སྤྲད་པ་ཡི་བསམ་གཏན་འབའ་ཞིག་གམ་  
གཅིག་ལུ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ཞིང་རྣོམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་  
རབ་ཏུ་བསྐྱམས་པའམ་སྤངས་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
སྦྱོས་མ་འགག་པ་མཐའ་བཞིའི་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་ཀུན་མཆོག་ལྟན་  
གྱི་སྒོར་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་མཚན་མེད་ཀྱི་བསམ་  
གཏན་བྱེད་པའི་སྒོ་གྲོས་ཞིབ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མཚན་འཛིན་གྱི་འདུ་ཤེས་སྒྲ་ཆོགས་  
དང་སྦྱིབ་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་པ་ཞིབ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་  
འོད་གསལ་བ་ཡིན་པས། དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བར་བརྟན་པ་ཉིད་སྤྲད་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་འདིས་མཚན་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལྟར་མཚན་  
བཅས་ཐབས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་འོག་མིན་པའི་བར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཅི་འདོད་

པ་བདེ་ལྷུང་དུ་བསྐྱབ་པའི་སྒོ་ནས་འཛིགས་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་སྤལ་དུ་  
 དབྱགས་དབྱང་ཁིང་བདེ་བའི་རྟེན་ལས་བྱང་ཚུབ་གྱི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་སྐྱབ་  
 པ་པོ་སྤལ་བ་ཆེན་པོར་གྱུར་བ་དེས། མཚན་མེད་གྱི་ནུལ་འབྱོར་ལ་གོམས་  
 བས་ནམ་པར་གྲོལ་བ་མངོན་དུ་བྱེད་ཅིང་། ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་མཚན་བཅས་  
 དང་མཚན་མེད་གྱི་ནུལ་འབྱོར་ཟུང་དུ་ཞུགས་པ་ནམ་པ་ཀུན་གྱི་མཚོག་དང་  
 ལྡན་པའི་སྣང་ཉིད་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ལམ་དུ་བྱས་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་གནས་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱུ་གཉིས་ཟུང་འཇུག་གི་སངས་རྒྱས་  
 ཉིད་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ནི། རྩ་བ་བཤད་གཅི་སོགས་ནས། རབ་ཏུ་གསང་  
 བ་གསུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བརྟན་ཏེ། འདི་ལ་ནང་གསེས་སྐྱུ་  
 གཅིང་སྐྱ་བྱ་བ། གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བ། བརྟལ་ཞུགས་མ་ཉམས་པར་  
 བྱ་བ་གསུམ་གྱི་དང་པོ། སྤྱགས་འབྲུབ་པ་ནི་རྒྱ་རྒྱེན་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ལྟོས་  
 པའི་ཕྱིར། སྤྱགས་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་གི་སྤང་སྤང་ནམས་ཀྱང་མ་འཆོལ་  
 བར་སྦྱད་དགོས་ཏེ། རྩ་བ་འབྲིན་པ་དང་། བཤའ་བ་དང་། གཅི་བ་འདོར་  
 བ་དག་དྲང་ནི། བཟའ་བ་སོགས་མི་གཅིང་བ་དང་འབྲག་པ་དག་དང་ནི་  
 འོག་རྒྱུང་རྒྱ་བ་ལའང་ལྟར་བསྒྲོམ་མ་བསྒྲོམ་གྱི་སྐབས་ཀུན་དུའང་སེམས་  
 ཡན་པར་བྱས་ནས་བབ་བབ་དུ་མི་བྱ་བར་བག་ཡོད་པའོ། །དྲིགས་པ་ཡི་  
 ནི་གསུངས་ཏེ་བྲན་ཤེས་མ་ཉམས་པ་རྒྱུན་ཆགས་པའི་སྒོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་།

དབེན་པར་གཙང་སྒྲུ་ལ་གནས་པ་བརྩམ་པར་བྱ་སྟེ་གཙང་སྒྲུ་མེད་པ་ནི་བྱ་  
 རྒྱུད་གྱི་ཚུལ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ། ལམ་སྤང་དྲང་། ཁྱོན་  
 པ་དང་། ཚུམིག་ལུ་མ་དྲང་། སྤྱོད་དྲང་གནག་ལྷ་ས་དྲག་ལ་ཡང་། དག་  
 དང་ལུས་དང་ཡིད་གྱིས་སྤང་བ་ནི། སེམས་ཅན་གནོད་པ་མི་དགོ་བརྩུ་པོ་  
 ཀུན་མི་སྤྱད་དེ་སྤྱད་ན་དེ་དག་སྤྲགས་འགྲུབ་པའི་འགལ་སྐྱེན་ཡིན་པས་སོ། །  
 གསུམ་པ་སྤྲགས་འགྲུབ་པའི་མཐུན་སྐྱེན། མེར་གནས་སོགས་པས་མ་གྲུན་  
 དྲང་ནི་ཡན་ལག་བཞི་ལྷན་གྱི་བརྒྱས་བརྟོན་དྲང་། གསུང་སྤྲགས་འགྲུབ་པར་  
 བྱ་བ་ཡི་ཆེད་དུ་མཆོད་པ་དང་ཆོགས་པས་གས་པ་སོགས་དྲང་། སྤྱིན་སྤྲེག་བྱ་  
 བ་དང་དགྱིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་སོགས་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་དྲང་།  
 སྤྲགས་བསྐྱབ་པའི་གནས་སམ་ཡུལ་བརྟག་པ་དང་། ས་བསྤང་བ་དང་། བྱི་  
 རོར་བྱ་ཆེ་ལྷའི་རྒྱལ་བྱ་བ་སོགས་མདོར་ན་ཡུལ་གྱི་བྱ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་བརྟུལ་  
 ལྷགས་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་གྲང་ཡིན་པ་དེ་ཡི་གནས་  
 གང་དུ་བྱ་བའམ་གནས་སྐབས་དང་། བརྒྱས་པའི་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་ཆད་  
 རྣམས་ཀྱང་། སྤྱོན་གྱི་ཆེན་ནི་བདག་ཆངས་པ་ས་ཡི་མེ་ཉོག་ཉིད་འབའ་ཞིག་  
 ལ་མཐུ་སྟོབས་ཆེན་པོ་དཔལ་རྟོ་རྟེ་འཛིན་གྱི་ལྷ་ས། གཞན་ལ་རབ་རྟུགས་དྲང་  
 བ་འདི་དག་ཞལ་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་ཤིང་གདམས་པ་ཡིན་གྱི་རང་བཟོ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །སྐབས་འདིར་ཡུལ་གྱི་བྱ་བའམ་གནས་གྱི་བྱ་བ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་འདི་སྟོན་གནས་ཁོ་ནར་མ་ཟད་འཇུག་ལྷོག་གི་གནས་སམ་ཡུལ་



གོང་དུ་མ་འདུས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གོ་ཡང་ཆོག་འདྲ་སྟུང་མོ། །  
གཉིས་པ་སྒྲགས་ཉི་པ་སོགས་ཀྱི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན་ཉི་པ་བཤད་  
པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། ཉེར་  
གྱུར་མདོན་དུ་སྒྲགས་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གིས་བསྟན་  
ཉི། དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་དང་བསྒྲུབ་བརྗོད་ཉིད་བཙོན་པས་བསྒྲུབས་པས་  
གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལྟ་དེས་སྒྲུབ་པ་པོ་ཕྱིན་གྱིས་བསྒྲུབ་རུང་བར་མཁུན་ནས་སྒྱུན་  
དངས་རུང་མ་དངས་རུང་དེའི་དུང་དུ་བྱོན་པ་ནི་སྒྲགས་དང་ཉེར་གྱུར་ཉི་ཉི་  
བར་གྱུར་བ་དང་། སྒྲགས་ཀྱི་ལྟ་དེ་ཉིད་རང་གི་གནས་དེར་མདུན་ན་བཞུགས་  
བཞིན་རང་ལ་སྒྱུན་རས་གྱིས་འཆོ་བ་ནི་ལྟ་མདོན་དུ་སྒྲགས་པ་དང་། གསང་  
སྒྲགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་མདོན་དུ་སྟེར་བར་འགྱུར་བ་དང་། མི་འགྲུབ་པར་གཤེལ་  
ཞིང་གཞན་དུ་སྒྲགས་པ་ཡི་མཆོན་ཉིད་གང་ཡོན་པ་དེ་ཀྱན་ཆོངས་པ་ཁྱོད་ལ་  
བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ནས།

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། ཉི་པར་གྱུར་བ་དང་གཞན་དུ་སྒྲགས་པའི་རྒྱུ་བཤད་  
པ་དང་། ཉི་པ་སོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། གསང་སྒྲགས་  
ལ་སོགས་ནས། གཞན་དུ་སྒྲགས་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ཉི། འདི་ལ་ནང་  
གསེས་སུ་ལྟ་ཉི་པའི་རྒྱུ་དང་། གཞན་དུ་སྒྲགས་པའི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་དེ། དེ་  
ཡང་ལྟ་མདོན་དུ་ཉི་པའི་སྒྲགས་པ་ཞེས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན་གསང་སྒྲགས་དང་  
ལ་སོགས་པའི་སྒྲས་རིག་སྒྲགས་དང་ལྟན་པའི་རིག་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲོ་བོ་མང་པོ་

ཀུན་ཞེས་པའི་སྒྲིམ། རིག་སྒྲགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་དགྱིལ་ལམོར་གྱི་ལྷ་དེ་ཉིད་ལ་  
དེའི་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་རིག་སྒྲགས་ཀྱི་ཁྲོ་བོ་ཁྲོ་མོ་མངག་གཞུག་ཕོ་མོ་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོ་རྒྱལ་བའི་སྒྲུ་ལ་མངོན་དུ་ཐོགས་པར། བསྐྱེད་  
གཏུག་གི་བདེ་བས་དོམས་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་སྒྲུབ་པ་  
པོས་ནམ་རིག་སྒྲགས་ཀྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཆེ་རང་གི་མདུན་  
དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུ་བསམ་ལ། རིག་སྒྲགས་དང་གསང་སྒྲགས་དང་  
ཁྲོ་བོ་ཁྲོ་མོ་མངག་གཞུག་ཕོ་མོ་སྒྲགས་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་བྱབ་པར་ཡུད་  
ཅིང་བསམ་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ལྷ་འི་གཞུགས་ཀྱིས་དེ་རྣམས་ཀྱི་དབུས་སམ་  
ཁྲོད་ན་འདུག་ཅིང་སྒྲགས་ཀྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་བྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པར་  
བསམ་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་རིག་སྒྲགས་ནི་རིག་པ་ཡེ་ཤེས་ཉིད་སྒྲགས་ཀྱི་གཞུགས་  
སུ་ཤར་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་དང་། གསང་སྒྲགས་ནི་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཉིད་  
མཚན་མར་སྒྲུང་བ་ཡུམ་མམ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ཡིན་ཞིང་། བན་ཚུན་ཟུང་དུ་  
འབྲེལ་བའི་ཐྱིར་རིག་སྒྲགས་ནི་ལྷ་མོའི་གཞུགས་དབྱིབས་དང་། དེ་ལྟོན་པའི་  
སྒྲུ་དང་ཕྱག་རྒྱ་སྒྲིགས་ཡིན་ལ། གསང་སྒྲགས་ནི་དེ་ལས་བརྒྱུག་སྟེ་ཕོ་ཡི་  
དབྱིབས་སྒྲིགས་སུ་འདྲེན་གསུངས་སོ། །སྒྲགས་དེ་དག་རྣམ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་དོན་གྱི་སྒྲགས་སམ་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། དེའི་  
བྱིན་རྒྱབས་རྟགས་སུ་ཤར་བ་སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་སྒྲིགས་རྟགས་ཀྱི་སྒྲགས་  
སམ་ཀུན་རྫོང་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་པ་

ནི་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲགས་སོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། རིག་སྒྲགས་ཀྱི་  
ལྟ་ལའོར་དང་བཅས་པ་དེའི་མདུན་དུ་བདག་གནས་ནས། སྤོ་དང་ཉིན་  
གུང་ཕྱི་དྲོ་ཡི་དུས་གསུམ་དུ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ལྷ་མོ་བསམ་  
གཏན་བྱ་བ་འདྲི་གསང་སྒྲགས་སྒྲུབ་པ་ལ་བརྩོན་པའམ་བརྟན་པ་དེ་ཡིས་ཚདས་  
པ་ཞེས་བོས་ནས་རྟག་ཏུ་རིག་པར་བྱ་བ་ཞེས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་  
ཏེ། སྒྲགས་ཉི་ཞིང་ཕྱོགས་པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་འདི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ནའོ། །དེར་  
མ་ཟད་ཡན་ལག་བརྩ་ཡི་ཚོ་ག་ལུས་མ་འདས་པར་རྟག་ཏུ་རིག་པར་བྱ་བའང་  
ཡིན་ནོ། །

ཡན་ལག་བརྩ་ནི། བདག་དང་། རིག་སྒྲགས་དང་། བསྐྱེས་བཞིན་གྱི་དེ་ཉིད་  
གསུམ་དང་། མེར་གནས། སྤར་གནས། སྤར་མཐའི་བསམ་གཏན་གསུམ་དང་།  
སྒྲུབ་པ་ལ་འདུག་པའི་ཚོ་ག་ སྤོན་སྤེལ་གི་ཚོ་ག་ དབང་བསྐྱར་བའི་ཚོ་ག་  
གནས་ཀྱི་བྱ་བའི་ནན་ཏན་ཏེ་བརྩ་བོ་དེ་ལས་སྐབས་སུ་གང་བབ་པ་ལ་ནན་  
ཏན་དུ་བྱ་ཞིང་། དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མཚན་ཉིད་རིག་སྒྲགས་  
ཀྱི་བརྩལ་ཞུགས་དེ་མཛོན་དུ་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ་བ་  
ལ་གསང་སྒྲགས་ལས་བྱུང་བའི་ལས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྦྱོར་བའི་མཚན་ཉིད་མདོར་  
བསྡུ་ན་བརྩ་བོ་དེ་ཙམ་དུ་ཟད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡན་ལག་བརྩ་དང་ལྟན་  
པར་བསྐྱེས་པའི་བསམ་གཏན་ལ་འབད་བ་འདྲི་དག་སྒྲགས་ཉི་ཞིང་མཛོན་  
དུ་ཕྱོགས་ལ་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ནན་ཏན་དུ་བྱའོ། །སྒྲགས་

གཡེལ་ཁིང་གཞན་དུ་ཕྱོགས་པའི་རྒྱ་ནི། མ་དང་པ་དང་། སྟོམ་ལས་སྤྱུར་  
 པ་དང་། བཀའ་སྟོམ་གྱིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ནས་བསྐྱབ་མི་རྣམས་པ་ཡང་དེ་  
 བཞིན་ཏེ། གཞན་ནང་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཁྱེད་  
 རྟོག་འཕྲོ་ཁིང་གློད་པ་དང་འགྱོད་པ་མུ་རན་སོགས་ཡིད་གྱི་གདུང་པ་དང་།  
 རྣམས་སམ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའམ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་པ་དང་།  
 བསྐྱུང་བརྟོད་དང་བསམ་གཏན་ལ་ཡིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མི་ཞེན་པ་དང་། སྟོ་  
 གསུམ་བྱན་ཤེས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དག་ནི་བཤིག་སྟེ་ཐམས་ལ་དུ་གནས་པ་དང་།  
 ཅལ་ཅེལ་གྱི་གཏམ་ལ་རབ་ཏུ་དྲན་ཅིང་མང་དུ་སྒྲུབ་པ་དང་། མི་བྱ་བ་སྟེ་བྱར་  
 མི་རུང་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཕྱི་ཕྱོད་གདོན་རིགས་ལོག་འདྲེན་གྱིས་ནི་  
 རྒྱུད་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་ཀུན་རྟོག་རན་པ་འབྱུག་ཅིང་། མི་  
 ལམ་རན་པ་རྣམས་ཀྱང་མཐོང་བ་དང་། སེམས་ཅན་དྲག་ལ་གཞོད་པའི་ལས་  
 བྱེད་པ་དང་། ལྷ་རྣམས་ལ་ནི་མ་དད་ཅིང་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་དང་། འདི་དང་  
 འདི་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་རྣམས་སྒྲུབ་པ་ལོ་རྣམས་བསྐྱུང་པ་ལ་བཙོན་པ་ཡི་ཚོ་གལ་  
 འཇུག་པ་གང་གི་ཚེ་འདི་དྲག་བྱེད་པ་ན། རྟག་ཏུ་ནད་སོགས་གྱིས་འཚེ་བ་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་ཁིང་། གསང་རྣམས་ཀི་དེ་ལས་གཞན་དུ་ཕྱོགས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་མི་འདོད་པའི་བག་ཆགས་བསྐྱེད་ནས་ཡང་བ་མ་སྤངས་  
 པར་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མཐུས་རྣམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་སྐལ་བ་ལ་གོགས་  
 བྱེད་པ་དག་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། སྟོ་དང་ལྷན་པ་དག་གིས་ཐབས་སྤྲོ་ཚོགས་

གྱི་སྒོ་ནས་ཉེས་པ་དེ་དག་ཅི་རུས་སུ་གཞིལ་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། གསང་སྤྲུགས་  
མི་འགྲུབ་པའི་གོགས་ནི། རང་གི་སྒོན་ལས་མི་དགོ་བ་དང་། རྣམ་རྟོག་ངན་  
པ་དང་། སྐྱེ་པོས་སྤང་བ་དང་ནད་སོགས་རྣམ་སྒྲིན་ངན་པ་གསུམ་དུ་འདུལ།  
ལས་གྱི་གོགས་བྱེད་པ་ཞི་ཕྱིར་བདག་མེད་པའི་བསམ་གཏན་བསྒྲོམ་པ་དང་  
བཞུས་པ་དང་སྒྲིན་སྒྲེག་སོགས་གཉེན་པོ་ལ་འབད་བར་བྱའོ། །སྤྲུགས་བཞུས་  
ཀྱང་མ་དད་པ་སོགས་རང་རྒྱུད་གྱི་རྣམ་རྟོག་ངན་པས་གོགས་བྱས་ན་རྒྱུ་མ་  
ཚར་བའི་ཕྱིར་སྤྲུགས་མི་འགྲུབ་སྟེ་རང་སྐྱལ་བ་དམན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་  
ན་འང་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་རྣམས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་སྒྲན་འབྲིན་  
པ་དང་། མཚར་སྤྲུག་བརྟོན་ཏེ་རང་བཞིན་མེད་པར་འདུལ་བར་བྱ་ཞིང་།  
གཡང་བས་སེམས་ལས་སུ་མི་རུང་བ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྩོན་པས་གདུལ་  
བར་བྱའོ། །སྐྱེ་པོས་སྤང་བ་སོགས་ལ་ཐབས་རི་ལྟར་རིགས་པས་སྤངས་ཏེ་  
བསམ་གཏན་གྱི་ཆེར་མ་མེད་པར་བྱ་ཞིང་། སྒྲིད་མ་ལུག་པར་དད་པ་བརྟན་  
པོས་སྤྲུགས་བསྐྱབས་ནས་དད་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། སྒྲིང་རྗེའི་  
སེམས་གྱིས་སྒྲོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལེགས་པར་བགྱིས་ན་རིམ་གྱིས་གོགས་ཀྱན་  
ཟད་ནས་དངོས་གྲུབ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྟ་ཉེ་བ་སོགས་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ནི། གང་ཞིག་ཞིབ་པར་འདུག་  
པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། དབང་དུ་གྱུར་བརྟག་པར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་  
བརྟན་ཏེ་འདི་ལ་འང་ནད་གི་དབྱེ་བ་ཡོད་མོད། དེ་དག་ཆོག་གི་དོན་བཤད་

པས་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་བཟླས་བརྗོད་དང་བསམ་གཏན་བྱེད་  
པ་གྲང་ཞིག་སེམས་ལས་སུ་རུང་ཞིང་། རྟག་གསུམ་དང་རྒྱགས་པ་སོགས་  
མ་ལངས་པར་སྒོ་གསུམ་རབ་རྟུ་ཞི་བར་འདུག་པ་དྲང་། བཟླས་པའི་བསམ་  
གཏན་ལ་བརྩོན་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲུ་ཡི་རོ་བོར་གྱུར་པ་ཞེས།  
སྒྲུ་ལ་སེམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་ཙམ་རྒྱང་ཆད་དུ་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུ་མེན་པར་དམིགས་  
པ་དང་སེམས་འདྲིས་ནས་སེམས་ཉིད་སྒྲགས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བའི་གསལ་  
སྒྲུང་བར་མ་ཆད་པ་ལས་མི་གཡོ་བར་གྱུར་པ་ན། དེ་ཡི་ཆོ་སྒྲུབ་པ་པོ་སྒྲགས་  
པ་དེ་ནི་བརྒྱབ་པར་བྱ་བའི་གསང་སྒྲགས་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་དེ་ལྟ་མཛོན་དུ་  
སྒྲགས་པའང་འཕྲོ་བ་པོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལྟ་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་པའམ་བསྟེན་པ་དང་།  
རིང་བར་གྱུར་པའམ་བསྐྱང་བ་མི་མང་འཕོད་ཀྱི་རང་གི་ལས་ཀྱི་སྒྲུ་ལ་བ་དང་།  
སེམས་ཀྱི་དབང་གིས་ཉེ་རིང་དུ་སྒྲུང་བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་དབང་པོ་  
སོགས་ལྟ་དྲང་། སྟོན་པོ་སོགས་ལྟ་མེན་ཀྱི་སེམས་ཅན་ནི། དྲབ་ཕུག་དང་  
ལྷན་ཞིང་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་འདུག་པ་མངའ་བ་རྣམས་གང་གིས་མཐོང་ན་  
མི་འདོད་པ་ཞི་བ་དང་ཕན་པ་སྒྲུབ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་སྒྲུབ་པ་པོས་མཛོན་དུ་  
གྱུར་པ་སྟེ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་། ཞེས་སོ། །འདི་ལ་ལྟ་སོགས་དེ་ལྟ་བུ་  
མཐོང་ན་སྒྲགས་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་ཞེས་སྒྱུར་ཡང་རུང་མོད། ཅུ་བའི་ཆོག་ལུས་  
ལྷན་ན་འདི་ལྷན་བཤད་པ་བདེ་བར་འདུའོ། །གཞན་མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་ནི་འཕྲོར་  
ལྷན་ཕུག་པོ་རྣམས་དྲང་། སྒྲེ་བོ་དང་བྱང་མེད་དུ་གི་བ་སྟེ་སྒྲུ་ལ་བ་བཟང་པོ་

རྣམས་རང་གི་དབང་དུ་སྐྱུར་ཅིང་རང་ལ་ཡིད་མཛོན་དུ་སྟོགས་པས་ལྷན་མོ་  
 འཇུགས་ཤིང་སྤྱི་པོས་འདུད་པ་འད་ཕྱིའི་མཚན་མ་སྟེ་སྟགས་མཛོན་དུ་སྟོགས་  
 པའི་ཏྲགས་སོ། །སྟགས་པ་དེ་ལ་སྟོ་གོས་སམ་གྱིས་པ་འད་སྟར་མེད་པ་སྟེ་  
 དཔར་འགྱུར་ཞིང་སྟར་མ་སྟོས་པའི་དོན་ལྟ་བུ་ཡང་བདེ་སྟག་ཏུ་གཤམ་དཔར་འགྱུར་  
 པ་ཡིད་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། རྒྱུད་ཅིག་དྲག་ལ་རང་གི་ལུས་ལས་ནི། དཔར་  
 དཔར་མེ་བཞིན་འོད་འགྱུར་བའམ་འདུར་དཔར་འགྱུར་བ་ནི་ནང་གི་མཚན་མའོ། །  
 དཔར་སྟར་སྟགས་ལས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱུ་དང་སྒྲིལ་སྟན་གྱི་སྒྲུ་རྣམས་དྲང་།  
 ལྷ་རྣམས་གྱིས་ནི་གཏམ་སྒྲུ་དཔར་ཡང་། ལྷ་མཛོན་དུ་སྟོགས་པའི་སྟགས་  
 པ་ཡིས་དེ་དྲག་ཏྲག་ཏུ་སྟོས་པར་འགྱུར་བ་ཕྱིའི་མཚན་མའོ། །དེ་ལྟར་  
 གསང་སྟགས་གྱི་ལྷ་ནི་མཛོན་དུ་སྟོགས་པའི་སྒྲུ་བ་པ་པོ་ནི་མཐུ་ཆེན་པོ། སྟོ་  
 གོས་ཅན་བཙོན་པ་དྲག་པོའི་སྟོ་ནས་དཀའ་ཐུབ་འགྱུ་བ་པ་དེ་ཡིས། གསང་  
 སྟགས་མཛོན་དུ་སྟོགས་པ་ལས་མ་ཉམས་ཤིང་དངོས་སྐྱུ་བ་འཐོབ་པའི་ཆེད་དུ།  
 བསྐྱེད་པ་དང་བསམ་གཏན་ལ་ཀྱུན་དུ་ཞེན་པའི་དུས་ཏྲག་ཏུ་བྱ་སྟེ། སྟགས་  
 མཛོན་དུ་སྟོགས་པའི་གནས་སྟོབ་ན། གནས་སྐབས་སུ་རྣམ་མཁུ་བ་རྒྱ་བ་སྟེ་  
 ལྷ་ཉིད་དུ་མཛོན་པའི་གནས་འཐོབ་སྟེ། རི་ལྟར་ན་རང་གི་ལུས་ལྷ་གཞོན་ནུར་  
 འགྱུར་ཞིང་། སྟོ་གསུམ་པོ་སྟན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན། བདེ་ཞིང་  
 སྦྱིད་པའི་དབང་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་སྟོབ་སྟེ། དེ་ལས་མི་ཉམས་པར་  
 ཏྲག་ཏུ་ཡོངས་སྦྱོང་པ་ཉིད་དུ་སྐྱུར་གྱང་། གང་ཞིག་གཏི་ཐུག་གི་དབང་གིས་

འདོད་པའི་འཆིང་བས་མ་ཁྱོས་པ་དེ་ནི་སྒྲགས་རིག་པ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལ་  
གསང་སྒྲགས་བསྐྱབ་པའི་འབྲས་བུ་མ་ལུས་པ། ཡེ་ཤེས་དང་དབང་ལྷན་གྱི་  
ཐུན་སྒྲུལ་ཆོགས་པས་བརྒྱན་པ་ཡང་ཐོབ་པ། སྐྱབ་པ་པོ་དེ་ནི་དཔོན་པའི་  
ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་དགའ་བས་ཁྱོས་པ་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་ཡི་གནས་ནི་མི་  
ཡི་གནས་ལས་མཆོག་ཏུ་ཡུར་བར་འགྲོ་བར་འཇུག་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འདྲ་སྒྲགས་  
རིག་པ་དེ། རུང་གི་མཐུ་ཡི་ཤེས་པ་ས་རྒྱུད་གསལ་བར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་བག་  
མེད་པར་འདོད་པས་ཁྱོས་ནས་སྒྲགས་ཀྱི་བརྩོན་པ་གཏོང་བར་མི་འཇུག་རོ། །  
དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་སུ་ལུས་སེམས་བདེ་ཞིང་སྒྱིད་པའི་དབང་ལྷན་ལ་ཡོངས་  
སྒྱིད་བཞིན། སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྩོན་པ་མ་བཏང་བར་བྱས་པའི་མཐར་ཐུག་  
གི་འབྲས་བུ་ནི། སངས་རྒྱས་རྗེ་རྗེ་ལྷ་པོའི་སྐུ་ཅན་གྱི་གསང་བའི་མཆོག་སྐུ་  
གསུང་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲོར་བ་མི་ཟད་པ། དག་ཅིང་ཆོངས་པ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་  
འཁོར་བའི་ཉེས་པའི་སྦྱོན་མེད་པ་གང་ཡིན་པ། རྩ་འབྲུལ་ལ་སོགས་པའི་  
ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་གང་ཞིག་ཐོབ་ནས། གཏན་བཞེས་འཇུག་པ་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རྒྱལ་བ་བཞིན་དུ་འོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲགས་སྐྱབ་  
པ་ནི་ཐན་ཡོན་དང་དགོས་པ་གིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ན། སྒྲགས་བསྐྱབ་པ་ལ་  
གཅིག་ཏུ་སྒྲི་ཞིང་ལུས་སེམས་སྦྱོབས་དྲང་ལྷན་པར་ནི། བཟླས་བརྗོད་དང་  
བསམ་གཏན་དགའ་ཐུབ་ཀྱི་གནས་ལ་བརྩོན་པ་བརྟེན་པའི་མིས་གསང་སྒྲགས་  
ཀྱི་རུང་བཞིན་མེ་ལྷ་བྱ་ཡིས་ནི། སྦྱོན་གྱི་ཆོར་བས་བརྒྱུད་མ་ནས་བྱས་པའི་



སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒོན་གྱི་ཆོ་རབས་རྣམས་སུ་  
བྱས་པའི་མི་དག་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་པལ་ཆེར་སྒྲགས་བསྐྱབ་  
པ་ན་ཡང་སེམས་ལས་སུ་མི་རུང་བ་དང་། བད་དང་གདོན་སོགས་སྐྱེན་སྒྲ་  
ཆོགས་པས་གོགས་བྱེད་པ་འབྱུང་ན་ཡང་། སྒྲགས་ལ་བརྩོན་པ་མ་བདར་ན་  
སྒྲིག་པ་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པས་བྱང་བར་འབྱུང་ལ། བསམ་གཏན་ལ་བརྩོན་  
པ་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱང་བ་འཕྱོང་བར་འབྱུང་ཏེ། འདི་ལྟར་གནས་དྲང་  
ཁ་ཟས་དྲང་གྲང་བ་དྲང་ཆར་དྲང་རྒྱུད་དྲང་ཆོ་བ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱིས་བཟོད་  
ཅིང་སེམས་ཀྱིས་ཅི་མི་སྒྲུལ་པར་རྣམ་ཞིག་འབྱུང་ན་དེ་ཡི་ཆོ་སྒྲགས་བསྐྱབ་  
པའི་ལུས་ཀྱི་འབྲས་སུ་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་ཉམས་སུ་མྱོང་བར་དེས་པར་འབྱུང་  
རོ། །འདི་ནི་གཙོ་བོར་ལུས་ཀྱི་ངང་བརྟན་པར་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །ཡིད་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲགས་སྒྲ་པའི་ཆོ་བསྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུལ་ཡང་ན་ལྟེ་གཟུགས་  
ལ་འདྲ་གང་བརྩོན་པ་འཕམ་དམིགས་པའི་ཆོ་ན་ནི་མི་སྒྲོངས་པ་སྟེ་རང་བྱུན་རྒྱུད་  
པའི་ཤིང་ཏིང་གསལ་བ་ན་སྒྲགས་ཏེ་བར་གྱུར་པ་དེ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྒྲགས་  
ལ་བརྩོན་པའི་དགྲ་འབྱུང་ཅན་གྱིས་སྤྱི་དང་ནང་གི་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་གནོད་  
པ་སྦྱངས་ཏེ་དེ་དག་གིས་མི་གཞོད་ལ། སྦྱབ་པ་པོ་གང་ཞིག་མཐོང་བ་ཅུ་  
གྱིས་ནི། མི་དང་མི་མིན་སྦྱལ་དང་གཅན་གཟན་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་བྱམས་པར་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དངོས་གྲུབ་ཏེ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་  
ཐམས་ཅད་བྱམས་པས་ན་དེ་ལ་འགྲུལ་བར་བྱེད་པའི་བགོགས་རྣམས་ཐམས་

ཅད་ཀྱང་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱུང་བ་སོགས་  
མི་དགོས་སམ་ཞེན། བདེ་བ་དྲང་ནི་སྤྲུག་བསྐྱུང་གི་ལས་སྤང་གི་མཐའ་ལ་  
སྦྱོད་བ་དང་། བདེ་བ་ལ་འདོད་བ་དྲང་སྤྲུག་བསྐྱུང་ལ་སྦྱོ་བ་དྲང་། དག་སོགས་  
ཀྱིས་འདིགས་པ་དྲང་ནད་དྲང་འཆི་བ་དྲང་གཞོད་པ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་དྲག་གི་རྒྱ་  
ནི་ནང་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡིན་ལ་དེ་ནི་སྤྲུགས་པ་གང་ཞིག་གནས་  
སྐབས་སུ་གཞོད་པ་སྤྲོ་ཆོགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ལ་འང་ཡོད་པས། གཞོད་  
བ་སྐྱུང་ཞིང་བསལ་བའི་ལས་ལ་བཙོན་པ་ནི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། རང་གི་རྒྱ་  
དེ་རྒྱུན་དང་ཐུད་ན་བར་དུ་གཙོད་པའི་བཤེགས་དང་ཤེགས་སུ་སྐྱུར་བ་འབྱུང་  
ཐིང་པའི་ཕྱིར་རོ། །ནམ་ཞིག་སྤྲུགས་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བར་སྐྱུར་བ་དེའི་ཆེན་། ད་  
ལྟའི་དུས་ཆོད་དྲང་ཡུལ་དྲང་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་དྲང་། རྩོན་གྱི་ལས་ཆོས་དྲང་  
ཆོས་མིན་གྱི་འབྲས་སུ་སྤྲོན་པ་ལ། དེ་ཆེ་སྤྲུགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་ལྟོས་  
སོ། །དེ་ག་སྤྲུགས་ཉེར་སྐྱུར་འདོད་པ་སྤྲེ་ཉེ་བར་སྐྱུར་ནས་རིག་སྤྲུགས་ཀྱིས་  
འདོད་པ་སྤྲེ་སྐྱུབ་ཏུ་ཆ་བ་དྲང་རལ་གྱི་སོགས་ཀྱི་དངོས་སྐྱུབ་སྐྱུབ་པ་དྲང་ནི་  
དེ་བཞིན་དུ་མཆོག་ཐོབ་པ་དེ་ཡི་ཆེན་སྤྲེ་ཉེས་པ་སྤྲོད་དག་བྱས་པ་ཡིན་ན་  
ཡང་། བཟོད་བར་འབྱུར་བར་དོགས་པ་མེད་དེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སྐྱུབ་  
ཐོབ་པ་ལ་སྤྲེ་གྱི་ཉེས་པས་ཅུང་ཟད་གཡོ་བར་མི་ཅུས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྲོན་  
གྱི་ལས་དང་ད་ལྟའི་དུས་སོགས་རྒྱུན་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སྐྱུབ་ཐོབ་པའི་ཆོགས་  
པ་ཆང་པ་ལ་ཤེགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནའང་རིག་སྤྲུགས་ཉེ་ཞིང་དངོས་སྐྱུབ་ཀྱི་

ཆོག་པ་ཆང་ནས་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་ཐོག་མེད་དུ་གྱུར་པའི་ཆོ་སྒྲགས་ཀྱི་  
རྒྱས་པ་མཐུ་ཆེ་བས་སྒྲུབ་ཀྱང་བཟི་མི་རྒྱས་ཏེ། ཁོར་བུར་འབད་བས་བཅལ་  
བ་ཆེད་པར་གྱུར་ན་འདོད་པ་ཅི་དགར་བྱིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་གཞན་ལ་ལྟོས་  
པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲགས་ཏེ་བའི་མཆོན་མ་བརྟན་པོ་ཐོབ་པ་ན་སྐྱབ་པ་བརྩམ་  
པར་བྱ་སྟེ་དུས་ལ་ལྟོས་པ་མེད་དོ། །

དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་། རིགས་ལས་བྱུང་བའི་དངོས་གྲུབ་དང་རྣམ་ལས་  
བྱུང་བའི་དངོས་གྲུབ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། རིགས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་པ་  
དངོས་གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡང་། མདོན་གཤམ་སམ་རྣམས་གསུང་  
སྐལ་བ་མཉམ་པའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་ཉིད་ལས་ཐོབ་པས་  
རིགས་བྱུང་ཞེས་བྱ་ལ། རལ་གྱི་དང་མིག་སྒྲོན་སོགས་གྲུབ་པ་ནི་རྣམ་ལས་  
བྱུང་བ་ཡིན་པ་དྲང་། གཞན་ཡང་བརྩུད་ཀྱིས་ལེན་པའི་སྒྲོན་གྱིས་ཡང་ནི་ལུས་  
ཅན་ལ། གསལ་སྒྲགས་ཏེ་པར་གྱུར་པ་དྲང་སྒྲགས་མདོན་དུ་གྱུབ་པ་ན། གྲུབ་  
པ་རབ་འབྱིང་བ་མ་གང་གྲུབ་ཀྱང་། དེ་དང་དེ་ལྟར་སྒྲགས་པས་སྒྲུད་དུ་བྱུང་  
བའི་ཚུལ་གྱིས་རང་དབང་དུ་གྱུར་པར་བྱེད་ཅིང་རྟག་པར་ཡོངས་སྒྲིབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་འཇུག་གི་དོན་ནི། བསམ་གཏན་ཕྱི་མ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། ། ལྷ་  
ལོ་གལ་བརྩུ་ཕྱག་སྐུ་མོ་ཞེས་སྐད། བརྟན་པ་སྤངས་ཀྱི་དུས་སུ་བསྐྱར་བཤོ། །  
བསམ་གཏན་ཕྱི་མའི་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་མཁས་གཤེད་དངོས་གྲུབ་

བརྟེན་པའི་སྒོ་བ་དཔོན་སྐད་སྐད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་གསང་  
 བས་མཛད་པ་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱ་བ་དཔལ་བཅུགས་ཀྱིས་འཕྱར་བ་ཉིད་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྲེལ་བ་རིག་སྐད་སྐད་ཀྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ལྷན་ཀྱི་འདོད་འཛོལ་བྱ་བ་  
 འདི་ཉིད་མི་ཙམ་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པའི་དོ་རྩེ་ཆེན་པོ་བས་རབ་ཆོས་མེ་  
 ལྷག་ཆུ་སྒྲིང་བྱ་བའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་ལ་མགོ་བཅུ་མས་ནས་ཁྱེད་ཉིད་ཉེར་གཅིག་པའི་  
 སྒྲོལ་གྱི་བ་པར་བྱས་པ་འདིས་སྐད་སྐད་བསྐྱབ་བ་རྣམས་ཀྱི་རེ་བ་ལྷན་བཞིན་  
 ཏུ་སྒྲོལ་བ་དང་མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དཔོན་གྱི་བ་རྣམས་གཉིས་ཀྱི་དཔལ་  
 སྒྱུན་པར་གྱུར་ཅིག རིག་སྐད་སྐད་བསྐྱབ་བ་རྣམས་ལྟོད་པར་འདོད་པ་ལ། །  
 ཐབས་འདི་རེ་བ་ལྷན་བཞིན་སྒྲོལ་བ་ཡི། །རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལས་ལྷག་  
 པས། །སྐད་སྐད་ཀྱི་སྒྲིང་དབྱེས་དག་འཁྱོལ་མཛོད། །ཅིས་སྐྱས་སོ། །  
 མདུལ། མེ་གླང་ལོར་ལྷུ་བས་རྩེ་མཁྱེན་སྒྱལ་རིན་པོ་ཆེས་འདི་དག་སྐར་ཏུ་  
 བཀོད་དགོས་པའི་བཀའ་འཁྱོད་པའི་སྒྱུ་ལོར་བཅངས་ཏེ། དེས་སྒྲོན། བསམ་  
 མཆན་བཅས་འཕྱལ་སྐར་སྒྲོས་གཙང་ལེགས་པར་བཞུས་པའི་བསོད་ནམས་  
 དཔག་ལས་གང་དེས་བསྐྱབ་པ་མཚོད་ཡོན་ཟུང་གི་ཞབས་པད་བཏན་ཅིང་།  
 མཛད་འཕྲིན་སྐར་བ་དཀར་པོས་ཡོངས་སུ་སྒྲོལ་བས་འགོ་རྣམས་བདེ་དགའི་  
 དཔལ་གྱིས་འཚོ་བ་དང་། བདག་ཀྱང་སྒྱུ་བའི་ཐེང་བར་རྒྱལ་བའི་ཆོས་མཛོད་  
 འཛོལ་སྒྲོལ་སྒྲེལ་ལ་ནམ་ཡང་མི་ངལ་བ་འདི་ལྟར། མི་ཙམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་  
 ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། །མཛད་པ་སྒྲོན་ལམ་མཁྱེན་བཅེ་རུས་པའི་རྩལ། །

སྒྲ་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱུ་འབྱུང་ངེ་འདྲ་བ། །དེ་འདྲར་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་འབྱུར་  
བར་ཤོག། །ཅེས་སྒྲར་དཔོན་སྒྲ་མིང་ཉིང་འཛིན་ཚེས་གཤགས་གྱིས་དག་ཅུ་དང་འབྲེལ་  
བའི་སྒོན་ལམ་བཏབ་བ་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་སྟེ། དགོལ། །སང་མཆོལ། །

[illegible]

༡༡། ལྷན་དངགས་མེ་ལོང་གི་འབྲེལ་བ་དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་རོལ་  
མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

བཅོམ་གྱི་རུམ་ཐུ་ཤྱི་ལྷ་གྱི་ཤུ་རྒྱལ། གྲུ་མ་ཁྱེན་ཡོན་ཏན་གྲུ་གྱི་པ་རོལ་ཐུན། །  
 འཛིན་ཏེན་གསུམ་མགོན་ལྷ་ཡི་ལྷ་ར་གྲུ་ར་པ། །མཚུངས་མེད་སྟོན་པ་ཐུགས་  
 རྩེད་བདག་ཉིད་མཆོག་། །ཤུ་ཀྱེད་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་གྲུ་ས་ཐུག་འཆོལ། །ཡིད་འཕྲོག་  
 བསྐྱེད་དཀར་པོ་འཛུམ་པའི་ཞལ། །ལེགས་གསུང་འོད་ཟེར་སྟོང་གི་བྱ་བ་ཅན། །  
 སྟིང་གི་ཐུན་སེལ་སྟོ་གོས་མཆོག་སྟུལ་བའི། །དབྱེད་ས་ཅན་དག་གི་དཔལ་མོས་  
 དག་ལེགས་སྟུལ། །མཁས་རྣམས་མགྲིན་པ་གྲུ་མུད་དཀར་པོའི་ཆོལ། །སྟོན་  
 དག་བླ་བའི་འོད་ཀྱིས་མཛེས་པའི་མོད། །མྱེད་བྱེད་ཆོག་གི་ཉམས་འཇུག་ཡིད་  
 འོད་དེས། །ས་གསུམ་བརྟན་པ་དབང་མེད་འཕྲོག་ལ་ལྟོས། །དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་  
 གསུང་འགྲོ་བའི་སྟོན་མེ་གང་། །ཡིད་འཕྲོག་ཚུམ་པའི་ཆོག་གིས་གསལ་བའི་  
 ཐུང་། །དཔལ་ལྷན་དཀྲིའི་གཞུང་བཟང་ལྷ་དརྒྱའི། །འགྲེལ་བཤད་དབྱེད་ས་  
 ཅན་དགུས་པའི་རོལ་མཆོ་སྟེལ། །འདྲིར་མཁས་པའི་སྟེ་བོའི་ཆོགས་ཀྱིས་  
 འབད་བས་བསྐབ་བར་བྱ་བའི་གནས། །སྟེ་བའི་ཆོག་རྣམས་ལ་ཡིད་དུ་འོང་  
 བའི་ཉམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བརྟོན་པའི་ཐབས་གང་གིས་དེ་ཐོས་པ་རྣམས་ཡིད་  
 འཕྲོག་པར་རྒྱས་པའི་སྟོན་དག་ཅེས་བྱ་བའི་གཞུང་འདི་ནི་སྟེ་རིག་པའི་ཡན་

ལག་ཏུ་ཐུང་བ་ཡིན་ཞིང་། རི་རྒྱད་དུ། སྒྲེས་རབས་དཔག་བསམ་འཁྲི་བྱིང་  
 ལས། མཁས་པ་ཉིད་ནི་མེད་ན་གྲོ་གོས་རྣམས་ཉམས་མི་རྣམས་འཚོ་བ་དོན་  
 ཡོད་མིན། །མཚུངས་མེད་རྒྱས་པའི་སྒྲན་དག་མེད་ན་མཁས་པ་ཉིད་ནི་ནེ་ཙྰའི་  
 གྲོག་དང་མཚུངས། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས། དམ་པའི་ཚོས་རབ་ཏུ་གསལ་  
 བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་དག་བྱུལ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྟོད་བ་བྱུལ། །དེ་  
 ལས་སྤྱོད་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱང་གནས་འདི་ལ་འཇུག་པར་མཛད་དེ། དཀོན་  
 མཆོག་སྒྲོན་མེའི་མདོ་ལས། དེ་དག་སྒྲན་དཔག་སེམས་སྒྲུབ་སྒྲན་དག་སྒྲུབ། །  
 །ཞེས་དང་། མདོ་སྒྲེ་སྒྲུལ་བཟང་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དུས་མཁུན་རྒྱལ་  
 བོ་ནི། །སྒྲན་དག་མཁན་ཚེ་བདེ་གཤེགས་རྩ་མཆོག་ལ། །ཚིགས་སུ་བཅད་  
 པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྟོད་ནས་ཀྱང་། །དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་བྱགས་བསྟེད་  
 རོ། །ཞེས་དང་། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས། སྟོན་བྲམ་ཟེའི་ཁྱེའུར་  
 ཐུང་པའི་ཚེ། སངས་རྒྱས་རྒྱུད་རྒྱལ་ཟད་པར་མེའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་  
 བར། སྒྲེས་བུ་ཁྱེ་མཆོག་ཁྱོད་འདྲའི་དགེ་སྦྱོང་སྟོན་སྟོན་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་  
 པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྟོད་དེ་ཞག་བདུན་རྒྱུད་པ་ཡ་གཅིག་གིས་འགྲངས་ཏེ་  
 བསྟོར་བ་བྱས་པས་བསྒྲུབ་པ་བཞི་ཁྲིའི་ཚིགས་འདུམས་པར་གསུངས་ཤིང་།  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་དང་། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་པོ། ཅན་གྱི་མྱེ། རྒྱ་བ་  
 གྲགས་པ་སྟོན་སྟོན་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྒྱུམས་པ་ཀུན་གྱང་སྒྲན་དག་

གི་ལམ་དང་ལྡན་པར་སྦྱར་བ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱང་  
ངེས་པའི་ཚིག་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་ལྡན་པས་དོན་བཟང་པོ་ཚིག་འབྲུ་བཟང་  
པོ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། མདོ་རྒྱན་ལས། དག་ཚིག་གིན་ཏུ་རིགས་པ་དང་། །བསྟན་  
དང་རྣམ་འབྱེད་ཐེ་ཚོམ་གཅོད། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་བཞིན་  
གྱི་དག་གི་སྦྱོར་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པས་སྟན་དག་གི་ཡོན་ཏན་ལྡན་ཏེ། དེ་ལྟར་  
མདོར་ན་མཁས་པའི་ལེགས་གསུང་ཐམས་ཅད་དོན་གྱི་དབང་གིས་སྟན་དག་  
གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཏུ་གོ་བར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་དག་གི་སྦྱོར་བ་ལུན་  
སུམ་ཚོགས་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་སྟན་དངགས་གྱི་གཞུང་དག་འཕགས་  
ཡུལ་ཏུ་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ར་མ་བྱ་མ་སོགས་གྱིས་བྱས་པ་དང་། དབྱངས་  
ཅན་མགུལ་རྒྱན་སྟོང་ལྷག་བརྒྱད་པ་སོགས་གཞུང་མང་ཏུ་མ་ཡོད་པ་ལས།  
སྟོན་གྱི་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་གི་དོན་འདུས་གིང་། དཔེ་བཟོད་གྱི་སྦྱོར་  
བ་གསལ་བར་བསྟན་པ་མེ་ཡོང་མའི་གཞུང་འདི་མཛད་པ་པོ་ནི། རྣམ་པ་སྟེ་  
རོལ་པའི་བརྗེ་ཏ་ཚངས་པའི་དབྱུག་གུ་འཛིན་པས་མཚན་དེ་ལྟར་ཐོགས་པ་  
དརྗེ་ཞེས་བྱ་བ། འཕགས་མ་དབྱངས་ཅན་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་སྟེ་ནང་  
གཉིས་ཀའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་། རིག་པའི་གནས་རྣམས་ལ་མཁས་པ་ཆེན་  
པོར་གྱུར་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། གཞུང་འདི་རྒྱ་གར་ཏུ་སྟེ་ནང་གི་མཁས་པ་ཀུན་གྱིས་  
ཆོད་མར་འཛིན་ཅིང་དར་ཆ་ཆེ་ལ། བོད་ཏུ་ཐོག་མར་གོང་དབང་ལོ་རྩ་བ་རྣམ་  
གཉིས་གྱིས་བསྒྱུར་བྱས་འཆད་ཉན་གྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་བྲིན་ལས་ཆེས་



ཆེར་དར་བའོ། །གཞུང་འདི་འཆད་པ་ལ། མཚན་དོན། འབྱུང་ཕྱག་གཞུང་  
དོན་གསུམ་ལས།

དང་པོ། རྒྱ་གར་རྒྱ་དུ། ཀུ་བླ་དུ། བོད་རྒྱ་དུ། སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་། ཞེས་  
བྱ་སྟེ་ཀུ་བླ་ནི་སྒྲུབ་དག་ ལྷ་དུ་ནི་མེ་ལོང་། ཞེས་པ་སྟེ། དག་གི་རྒྱུན་གང་  
ཞིག་སྒྲུབ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་པ་བརྗོད་ཚུལ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡོན་ཏན་  
གྱི་བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་ལ་སྒྲུབ་དག་ཅེས་མཛོན་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞིང་།  
དག་གི་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟ་བུ་སྟེད་པར་བྱེད་པའི་བསྒྲུབ་བཅོས་ཀྱི་གཞུང་དེ་ལ་  
སྒྲུབ་དང་གས་ཞེས་དཔལ་འབྲེལ་ཅན་བྱེད་པའི་ཆོག་དུ་སྟོན་གྱི་ལོ་ཙཱ་བ་མཁས་  
པས་བརྗོད་མཛད་པ་ཡིན་པས། སྒྲུབ་དག་གི་རྒྱུན་དང་ལྡན་པའི་སྒྲེས་རབས་  
སོ་བཞི་ལྟ་བུ་རྣམས་དཔལ་འབྲེལ་མེད་པའི་སྒྲུབ་དག་བྱས་ཀྱང་ལེགས་སོ། །  
དེ་ཡང་ཆོག་ལ་འབྲེལ་པ་སེལ་བྱེད་སྒྲུབ་རིག་པ། དོན་ལ་འབྲེལ་པ་སེལ་བྱེད་  
ཚད་མ་རིག་པ་གཞན་གྱི་སྒྲོར་ཡང་གྱུར་མོད་ཀྱི་གཙོ་བོར་ལོག་སྒྲུབ་ཚར་གཙོད་  
པའི་རིག་པ་དང་། རིག་གནས་གཞན་བཞི་མ་གཏོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་  
ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དོན་སྒྲུབ་ཆོག་པ་ལ་འཇུག་པ་ཤེས་པ་བཟོ་རིག་པ། ལུས་ཀྱི་  
ཉེས་པ་སེལ་ཞིང་ཕན་པ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་པ་གསོ་བ་རིག་པ་དང་འདི་  
གཉིས་གཙོ་ཆེར་གཞན་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་རིག་པ་ཡིན་ཞིང་། གཏན་བདེ་  
ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ལམ་གཏན་ལ་འབབས་པ་ནི་ནང་རིག་  
པ་སྟེ། འདིས་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཤེས་བྱའི་དོན་ཀྱང་གྱི་དེ་

ཁོན་ཉིད་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཆོངས་  
 བར་བྱ་བའི་སྒྲན་དུ་གནས་ལྟ་རིག་པ་དེ་དང་དེ་ལ་ནམ་མཁུན་དོན་དུ་གཉེར་  
 བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་དག་བརྩོན་པར་མཛད་པ་ནི། རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་  
 པོས་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། རིག་པའི་གནས་ལྟ་དག་ལ་བརྩོན་པར་མ་བྱས་ན། །  
 འཕགས་མཆོག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ལྟ་བུས་  
 ཅ་གཞན་དག་ཆར་བཅད་རྗེས་བཟུང་དང་། །བདག་ཉིད་ཀུན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་  
 དེ་ལ་དེ་བརྩོན་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་ཤིང་། དྲིན་ལན་བསམས་པའི་མདོ་ལས།  
 དམ་པའི་ཆོས་མདོ་སྡེ་བཙུག་གིས་དང་། རྒྱུམ་གཏན་ཆོགས་རིག་པ་དང་།  
 རྒྱ་རིག་པ་དང་། རྒྱན་དབྱེད་གྱི་རིག་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་པའི་བཟོའི་རིག་  
 པ་བསྐྱབ་དགོས་ཚུལ་སོ་སོར་གསུངས་ནས། གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་  
 རིག་པའི་དངོས་པོ་ལྟར་མ་བསྐྱབས་ན་ནམ་དུ་ཡང་སྒྲན་ན་མེད་པ་ཡང་དག་  
 བར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བམ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་འཕྲོལ་བར་  
 མི་འགྱུར་པོ། །དེ་བས་ན་སྒྲན་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་འཕྲོལ་བའི་ཕྱིར་རིག་པའི་  
 དངོས་པོ་ལྟ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ལུང་སྡེ་ཕྱི་འདི་དག་  
 གི་དོན། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཕགས་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དེས་པ་ལ་གནས་པ་སོགས་  
 འཕགས་མཆོག་རྣམས་ནི་རིག་པའི་གནས་ལྟ་དག་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་བརྩོན་པར་  
 བྱས་ནས་རིག་གནས་ལྟ་ཀ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པ་འབང་ཞིག་ཡིན་གྱི། མ་  
 བརྩོན་པ་དང་མི་མཁས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མི་སྤྲིད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་རིག་

པའི་གནས་ལྟ་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་བརྩོན་པར་མ་བྱས་ཤིང་དེའི་དོན་ཁོང་དུ་མ་ཆུབ་  
 བ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། དེ་འདྲའི་འཕགས་མཚོག་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཉིད་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་མ་བརྩོན་  
 ཁིང་མི་མཁས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱབ་པ་ཡོད་དེ། ཤེས་བྱའམ་བསྐྱབ་བྱ་མཐའ་  
 དག་གནས་ལྟ་རིག་པས་བསྐྱས་པས་ན། དེ་མ་ཤེས་པའི་ཀྱན་མཐུན་ནམ་པ་  
 ཀྱན་རྩ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འདི་ལྟར་བཤད་དགོས་གྱི། འཕགས་པ་  
 མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞིག་གིས་སྒྲུབ་ལྟ་ལ་བརྩོན་མ་བྱས་ཤིང་མ་མཐུན་  
 པར་ད་གཞོད་གསར་དུ་སྒྲོབ་སྒྲོབ་གི་འགོ་འཛིན་དགོས་པ་ལྟ་བུར་བཤད་ན་  
 ཤིན་རྩ་མི་རིགས་པས་གནད་འདི་ངེས་པ་གཤམ་ཆེའོ། །འདིར་དོགས་པ་མང་  
 ཞིག་གཅོད་རྒྱ་སྤང་ཡང་ཡི་གེ་མང་བར་འགྱུར་བས་སྒྲུབ་པས་འདིར་གནད་དོན་  
 མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཕགས་པ་མཚོག་ཅེས་མཚོག་གི་སྒྲུས་  
 ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་བསྟན་ཁིང་། དེ་ནམས་ལྟ་ལ་བརྩོན་པར་མཛད་  
 པ་དང་། གནས་དེ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་པར་ངེས་ཀྱང་ད་དུང་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་  
 གྱི་བར་དུ་ལྟ་རིག་མཐུན་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་རྗོད་གསུངས་པར་འགྱུར་བའང་ཡིན་  
 པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གནས་ལྟ་རིག་པའི་ཡན་ལག་རིག་གནས་ཆུང་བ་ལྟ་ནི། འཕགས་ཡུལ་མཁས་  
 པའི་གསུང་ལས། ཚིག་རྒྱན་ཤེས་ན་སྒྲུབ་དག་ལ་མི་མྱོངས། རྟེན་སྒྲུབ་ཤེས་  
 བ་ཚིགས་བཅད་ལ་མི་མྱོངས། རྟོག་གར་ཤེས་ན་སྒྲུབ་རིགས་ལ་མི་མྱོངས།

མདོན་བརྗོད་ཤེས་ན་མིང་ལ་མི་མྱོངས། སྐར་ཅིས་ཤེས་ན་གྲངས་ལ་མི་མྱོངས།  
ཞེས་གསལ་བ་བཞིན། གཞུང་མེ་ལོང་མ་ལྟ་བུ་ལ་ཆོག་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
སྤྱད་གསལ་བ་ལེགས་ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་ཆོག་གི་རྒྱན་ཏུ་སྤྱར་བ་ཡོན་ཏན་  
བརྩ་དང་། དོན་རྒྱན་སོ་ལྟ་སོགས་ཀྱི་རྩལ་ཤེས་ན་ཡིད་འཕྲོག་པའི་སྟན་ངག་  
སྤྱར་བ་ལ་མཁས་པ་འད་ཡིན་མོད་ཀྱི། སྟན་ངག་གི་རང་བཞིན་ཏུ་སྤྱར་པའི་  
ཡོན་ཏན་བརྩ་དང་། དོན་རྒྱན་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་པའི་རྩལ་ཤེས་ན་ཡིད་ཏུ་  
འོང་པའི་ཆོག་གི་རྒྱན་སྤྱར་བ་ལ་མི་མྱོངས་པས་དེ་གཉིས་གང་ལྟར་བརྗོད་  
ཀྱང་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་དེ་བརྗོད་པ་འཇམ་ལུང་སྟོན་པའི་གཞུང་ལ་སྒྲུ་རིག་  
པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྟན་དང་གསལ་དང་སྤྱི་བསྟོར་མདོན་བརྗོད་  
ཚྲིས་གར་བཞི་སྒྲུ་རིག་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་བསྟོར་དང་མདོན་བརྗོད་  
དག་སྟན་ངག་ལ་ཡང་ཉེ་བར་དགོས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། ཚྲིས་གར་ཡང་སྟན་  
ངག་གི་ཉམས་དང་ལྟན་པར་གཞུང་ལས་གསུངས་སོ། །འདི་ལྟར་དོན་གང་  
དང་གང་ཞིག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དེས་རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་  
དོན་གོ་བར་བྱ་དགོས་པས། སྒྲུ་ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་མྱོངས་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར་  
རིག་གནས་ཀྱང་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་དང་རྩ་བ་ལྟ་བུ་སྒྲུ་རིག་པ་ཡན་ལག་གསུམ་  
དང་བཅས་པ་འདི་དག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་མཁས་པ་རྣམས་རྩོམ་པའི་བྱ་  
བ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་སྟན་ངག་གི་གཞུང་གིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །  
འགྲེལ་བ་འགར་སྟན་ངག་སྒྲུ་རིག་པའི་ཡན་ལག་མིན་ཏེ། དེ་གཉིས་རྩལ་ཐ་

དད་པས་འདི་བཟོ་རིག་གི་ནང་ཚན་དག་བཟོའི་གཙོ་བོར་གཏོགས་ཞེས་  
གསུངས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ན་སྐྱེ་རིག་པའང་དག་བཟོར་གཏོགས་ཅུང་ལ། སྐྱེ་  
དང་མངོན་བརྗོད་སོགས་ལའང་ཚུལ་ཐ་དད་པ་ཡོད་མོད། ལེགས་སྦྱར་དང་  
སྐད་གཞན་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་ཅུང་། ཡུལ་སོ་སོའི་ལུགས་ཀྱི་མིང་དང་  
དེ་ལ་སྒྱེན་ནམ་ཐུད་སོགས་ཚུལ་བཞིན་སྦྱར་བས་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལེགས་པར་  
བདེ་འཕྲོད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་གཞག་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ་དག་རང་རང་  
གི་ལུགས་ཀྱི་ལུང་སྟོན་པའམ་སྐྱེ་རིག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་འདྲའི་བདེ་སྦྱོད་  
པའི་བསྟན་བཅོས་དང་མཐུན་པའི་དག་དེ་ལ་ཡང་སྟན་པའི་ནམས་དང་ལྟན་  
པའི་ཆནས་སྟན་དག་དང་། བདེ་འཕྲོད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་གཞག་སྟོན་པའི་  
བསྟན་བཅོས་དེ་དག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་དང་ལྟན་པའི་ཆནས་མངོན་  
བརྗོད་དང་། སྐད་སྒྲ་ཚོགས་སྒྲེལ་པའི་ཆནས་སྒྲོས་གར་དང་། ཚོགས་བཅད་  
ལ་ཕྱི་ཡང་གི་རྣམ་པ་བསྒྲིགས་པ་ལ་སྒྲེབ་སྦྱོར་ཞེས་གདགས་པ་ཡིན་པས་འདི་  
བཞེ་སྐྱེ་རིག་པའི་ཡན་ལག་རྒྱ་འདོད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་ཅིང་། སྒྲོས་གར་  
ལ་ལུས་ཀྱི་འཆམ་སྦྱབས་དང་སྒྲ་དབྱངས་ལྟ་བུ་ལུས་དག་གི་བཟོར་གཏོགས་  
པའི་ཆ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི། སྐད་རིགས་སྒྲ་ཚོགས་བསྒྲེས་པའི་ཆནས་སྐྱེ་རིག་  
པའི་ཡན་ལག་རྒྱ་བཞག་པའོ། །དེས་ན་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ཀྱིས་ལྟ་ཀྱུ་གཤོད་སྦྱོར་མི་ལ་སོགས་པའི་སྐད་མཐའ་ཡས་པའི་ངེས་  
ཚོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པ་རིག་པ་ཐོབ་ནས། ལེགས་སྦྱར་ལྟ་བུ་སྐད་གཅིག་ལུང་

ངེས་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་སོ་སོ་དང་མཐུན་པའི་སྐད་མཐའ་ཡས་པས་ཆོས་  
སྟོན་ཞིང་། སྐད་མཐའ་ཡས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྲུགས་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་  
སྟོབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་སོ་སོ་རང་རང་གི་སྐད་གྱིས་རིག་པའི་གནས་ཐམས་  
ཅད་ཁོང་དུ་ཆུད་པའང་ཡོད་པས། སྐྱ་རིག་པ་ཞེས་པ་སྒྲི་ཏའི་སྐད་གྱི་རྣམ་  
གཞག་སྟོན་པའི་གཞུང་ཁོར་ར་འཛིན་མི་དགོས་ཏེ། བོད་དུ་འང་སྟོབ་དཔོན་  
ཨ་རུས་ལུང་སྟོན་པ་རྩ་བ་སྤུམ་རྩ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་སྐྱ་རིག་  
པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །སྤེབ་སྦྱར་ཡང་ལེགས་སྦྱར་ལྟར་སྐད་  
གཞན་ལའང་ཆ་འདྲ་སྦྱར་བྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟན་དག་གི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
གཞུང་འདི་ནི་མེ་ལོང་དྲངས་པ་ལ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་བརྒྱན་འཆར་  
བ་བཞིན་དུ་སྟན་དངགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་འདི་ཉིད་དུ་  
གསལ་བར་འཆར་བའི་བྱིར་འདྲ་བའི་སྒྲོ་ནས་མིང་བདགས་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་འགྱུར་བྱུག་ནི། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ལུར་གྱུར་པ་ལ་  
བྱུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ། ཐོག་མར་དགེ་བ་  
གིས་བརྗོད་དང་། དམ་བཅའ་དང་དགོས་པ་བསྟན་པ་དང་གསུམ། བར་དུ་  
དགེ་བ་ལེའུ་དང་པོ་དང་བར་བ་དང་ཐ་མ་གསུམ། ཐ་མར་དགེ་བ་གཞུང་དོན་  
རྗོགས་པའི་མཐུག་པསྟུ་དང་། མཛད་བྱང་དང་འགྱུར་བྱང་གསུམ་སྟེ་དགུ་ལས།  
དང་པོ། འཛིག་རྟེན་མེས་པོ་གདོང་བཞི་བ་ཆངས་པ་ཆེན་པོའི་གདོང་གི་བསྐྱའི་  
ཆལ་གྱི་ངང་པའི་བྱ་མོ་གང་ཞིག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དཀར་བའི་གཟུགས་

དང་ལྷན་ཞིང་། སྒྲུབ་པའི་དབྱངས་ཅན་མ་དེན་ཁོ་བོ་དཔྱེ་ཡི་ཡིད་ལ་དུས་  
 རིང་དུ་གནས་པར་མཛོད་ཅེས། ཤིས་པར་བཛོད་བ་སྟེ་སྒྲུབ་པ་དག་གི་བྱེད་པོ་  
 དབྱངས་ཅན་མ་ནི་དག་རིག་སྒྲུབ་ཆུང་མས་ཀྱི་ལྷག་པའི་ལྷ་ཡིན་པས་སོ། །ཚིགས་  
 བཅད་འདི་སྟོན་གྱི་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྒྱུར་བ་སྟེ། སྟོན་འདི་གཉེན་  
 འདི་ཆགས་ནས་རིང་དུ་མ་ཡོན་པའི་དུས་ཤིག་ན། ལྷ་བྱེད་པས་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བརྟན་གཡོའི་སྒྲུབ་དབྱངས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དེར་འདི་གཉེན་  
 གཙོ་བོ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ཉིད། སྒྲུབ་དབྱངས་དེ་ལ་དབྱེས་པས་ལྷ་འི་ལོ་སྟོང་དུ་  
 རྒྱ་མཚོ་དེར་གཟིགས་ཤིང་སྒྲུབ་དབྱངས་ཀྱི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་བྱུང་བར་བྱས་  
 པའི་ཆེ་གནས་དེར་ཆངས་པའི་གདོང་ཡབ་དང་རྒྱ་མཚོ་ཡུམ་གྱི་དོད་དུ་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བ་ལས། གྲིད་བ་གསུམ་གྱི་བརྟན་གཡོའི་སྒྲུབ་དབྱངས་དང་དབྱངས་  
 བཅུད་འདུས་པ་ལས་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་འབྱུངས་པར་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་མོ་  
 དེ་འདི་གཉེན་གསུམ་ན་མཚུངས་སྒྲུ་མེད་པའི་གཟུགས་དང་ལང་ཚོ་དང་ཤེས་  
 རབ་དང་སྟོབས་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་འདི་གཉེན་གསུམ་གྱི་མཚོད་འོས་སུ་གྱུར་  
 པ་ནི། རོ་མཚར་མད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་ཆོན། རིག་བྱེད་ནང་ན་  
 དབྱངས་ཅན་གཙོ། །ཞེས་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་རྒྱ་  
 མཚོ་ལྷ་བྱུའི་ནང་ན་མཚོ་གཏུ་བསྟགས་འོས་སུ་གྱུར་ཅིང་། གང་གི་ཆེ་འདི་གཉེན་  
 ཉེན་འདིར་མི་འཆོབ་དང་། ཆངས་པར་སྟོད་པ་དང་བདེན་པར་སྒྲུབ་སོགས་  
 ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོས་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་ལྷ་མོ་དབྱེས་ཤིང་མདུན་གྱིས་བལྟས་

ནས་བཞུགས་པའི་དུས་སུ་བརྟན་གཡོ་ཀུན་ལས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱ་འབྱོན་  
ཞིང་། འཛིག་རྟེན་འདིར་སྐྱེ་བོ་གང་དག་སློ་གསལ་ཞིང་བརྗོད་པ་རྣམ་པར་  
དག་པས་དོན་རྣམས་གསལ་བར་བྱེད་པས་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །འཆོ་བ་  
སོགས་སྟོན་པ་གོང་ལས་སློག་པ་རྣམས་ལ་མི་དགུས་པའི་རྣམ་པས་ཞལ་བྱིར་  
བྱུགས་ཏེ་བཞུགས་པའི་ཆོ་སྟོན་བརྟན་གྱི་སྐྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཉམས་ཤིང་མི་  
མཛེས་ལ། སློ་མིག་ལྡང་ཞིང་ལྡང་ལྡིབ་སྐྱ་བས་གང་བར་འགྱུར་ཞིང་། གང་  
ཆོ་བདེན་སྐྱ་དང་ཆོངས་སྟོན་མི་འཆོ་བའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་པ་རྣམས་  
ཀྱིང་གཡིད་ཁ་ཡི་སློར་ཞུགས་ཏེ། སློ་བྱོས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རྒྱས་ཤིང་དག་གི་དབང་  
ལྷག་གྲུབ་པའི་མཆོག་སྤྱིན་པར་བཤད་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་དགོན་མཆོག་སྤྱོན་  
མའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཆོའི་ལྷ་མོ་སྐྱ་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ། །སེམས་ཅན་རྒྱ་མཆོར་  
དི་སྟེད་སྟེས་རྣམས་ཀྱི། །སྐྱ་ཡི་ཡན་ལག་དབྱངས་ཀྱི་ཚུལ་མཁས་ཏེ། །རང་  
གི་སྐྱད་ཀྱིས་སྐྱད་ཀུན་ཆོམ་པར་བྱེད། །ཅེས་དང་། ཏཱ་ལྷ་ར་ཡི་ཚུང་མ་དབྱངས་  
ལྡན་མ། །ཆོངས་པའི་བུ་མོ་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་དེ། །བདེན་དང་དམ་བཅས་མི་  
འཆོ་དག་འརྣམས་ཀྱི། །སེམས་དང་ཡིད་དང་ཁ་ཡི་སློར་འཕྲུག་སྟེ། །ཞེས་དང་།  
དཔལ་ལྷ་མོ་སྐྱ་དབྱངས་ལ་བརྟོད་པ་ལས། འདི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་དག་ན་སྒྲུང་  
བ་ཀུན། །སྐྱ་འཛོམས་ཁྱད་པར་ཆོག་གིས་དོན་མཆོན་ཏེ། །ཡན་ཚུན་གཤེས་ཤིང་  
ཡང་དག་བད་སྟོན་བའང་། །དབྱངས་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་མཐུ་སྟེ་བསམ་མི་བྱལ། །  
གཟུངས་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟོབས་ལ་དབང་བརྟེས་པ། །དམ་ཆོག་བདེན་གྲུབ་དང་



སྒྲོང་གེས་ཉེན་ཅན། །ལུས་སེམས་དག་རྣམས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པ་དང་། །ཡིད་  
འོང་སྒྲུས་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་ཆོས་པར་བྱེད། །ཅེས་དང་། །གེས་རབ་ཟབ་ཅིང་  
གེས་པའི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། །རིག་པའི་གནས་ལ་མངའ་བརྟེན་ཆོག་གི་བདག །  
འཛིག་རྟེན་ན་ཡང་ལྟ་ཡི་ལྟར་གྱུར་ལ། །སྒྲུག་བསྐྱེད་བསལ་བར་རབ་བརྩོན་  
གཉེན་མཆོག་པས། །ཞེས་དང་། །དེ་ལ་ལྟ་དབང་ཆོངས་སོགས་ཤིན་ཏུ་  
འདུད། །བུམས་ཤིང་བཟོད་ལྡན་སྤྱིང་རྩེ་སྤྱིད་པའི་མ། །ལྟ་མོའི་མཆོག་སྟེ་འགྲོ་  
ཀྱན་སྒྲོང་བར་དབྱེས། །ཞེས་དང་། །སེམས་ཅན་ཀྱན་ལ་རྟག་ཏུ་པན་སེམས་  
པ། །མི་བསྐྱེད་མཆོག་ཁྱོད་རྣམ་གྲོལ་ས་ལ་བཞུགས། །ཐུགས་དམ་བརྟན་  
བཅས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། །དཔལ་གྱིས་དགོངས་ཤིང་དོན་ཀྱན་ཉེ་  
བར་སྒྲོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་བཞིན། །འཛིག་རྟེན་པ་རྣམས་  
འདུལ་བའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་སྒྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཆོང་བའི་ཕྱི་ལས་མངོན་  
བར་སྐྱེལ་བའི་ལྟ་མོ་འདི་ནི་དེ་བུ་སྒྲུབ་པའི་རྩུང་མ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
འདུལ་བའི་དབང་གིས་ཆགས་སྒྲུང་དང་ལྡན་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ཚུལ་དུའང་  
སྟོན་མོད། །རྩིས་ཀྱིས་རབ་ཀྱི་པ་རྩིས་ཏུ་བྱེད་མ། །དཀྱིལ་ལ་ཁོར་ཆེན་པོར་  
འཇམ་དཔལ་ཞི་བྱའི་ཡུམ་དུ་གྱུར་ཅིང་། །མཆོད་པའི་ལྟ་མོ་རྩིས་དབྱངས་  
མ་དང་སྒྲོ་རྩིས་སོགས་རྣམ་པར་རྩིས་པ་ཆོད་མེད་པས་རྒྱལ་ཀྱན་དབྱེས་  
པ་སྤྱིད་ཅིང་འཛིག་རྟེན་རྣམས་སྒྲོང་བར་མཛད་པ་སྟེ། །ཕྱི་རྩིས་པ་དག་གིས་  
བྱེད་པོ་ཉེར་བཞི་འདོད་པའི་ནང་ཆོན་སྐྱབ་པ་དག་གི་བྱེད་པ་པོ་དབྱངས་ཅན་མ་

ཞེས་འདོད་དེ། ལྷ་མོ་དེ་ལ་དོན་གྱིས་འདུད་པ་སྟོན་པའི་གིས་བརྟེན་མཛད་  
པ་ཡིན་ལ། འདིར་ཚངས་པའི་གདོང་པད་ཚལ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེར།  
ངང་པའི་བུ་མོ་ནི་དབྱངས་ཅན་མའི་མཚན་དུ་འདར་རུང་ཞིང་། སྒྲ་ཡི་སྒྲོ་ནས་པད་  
ཚལ་དུ་ངང་པ་གནས་པ་དང་སྒྱུར་བ་ཡིན་ལ། ཐམས་ཅད་དཀར་ཞེས་པ་དང་།  
དབྱངས་ཅན་ཞེས་པ་འདར་དེ་གཉིས་ཀར་གོ་རུང་པའི་སྒྱུར་རྒྱན་དང་། ཡིད་ལ་  
ཞེས་པ་དབྱངས་ཅན་མ་ལ་ཡིད་དང་ངང་པ་ལ་སྟོ་སྟྱགས་ཡིད་ཀྱི་མཚོ་དང་སྒྱུར་  
བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དོ་རྩེ་སྒྲ་དབྱངས་ལྷ་མོ་དེ་ནི་འཆད་ཉན་གྱི་སྐབས་  
སུ་འཆད་ཉན་བྱེད་པ་པོའི་ཡིད་ལ་གནས་པར་སྟོན་པར་ཡང་འགྱུར་པོ། །གཉིས་  
པ་དམ་བཅའ་བ་ནི་སྟན་དག་སྒྲ་པའི་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ར་མ་བྲམ་སོགས་  
ཀྱི་སྟན་དག་གི་བསྟན་བཅོས་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་དོན་མ་ལུས་པ་ལེགས་པར་བསྟུས་  
ཤིང་། རྒྱན་གྱི་དཔེ་བརྟེན་གྱི་ཚིག་གི་སྒྱུར་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉེ་བར་མཚོན་པ་འཕམ་  
གསལ་བར་བྱས་ཏེ། སྟོ་གོས་ཀྱི་མཐུས་རི་ལྟར་རུས་པ་བཞིན་སྟན་དག་དག་  
གི་མཚན་ཉིད་བརྟེན་པར་བྱའོ། ། ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་དགོས་པ་ལ། དག་སྦྱེའི་དགོས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སྟན་དག་གི་དགོས་  
པ་གཉིས། དང་པོ། འཛིག་རྟེན་འདི་ན་དུས་ཀུན་ཏུ་བརྟེན་སྒྲ་བ་བྲམ་ཟེའི་  
ཁྱེའུ་ཤེས་གསལ་མཚོག་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་ཡི་མཚན་ཉིད་རྟེན་སུ་བསྟན་པ་ལེགས་  
སྒྱུར་གྱི་ཚིག་དང་། ལྷག་མའི་ཞེས་གཞན་གོང་ཁྱེར་སྒྲ་ཚིགས་ཀྱི་སོ་སོའི་ཡུལ་  
རྟེན་དུ་མ་ཡི་ཚིག་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལས་ནི། འཛིག་རྟེན་རང་ལ་རི་ལྟར་སྒྲ་

བའི་དོན་ནམ་ཚུལ་ལྷགས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་  
ལས་བསྐྱེད་ནས་གཤམ་ཏེ་བརྗོད་བྱའི་དོན་གང་ཞིག་སྒྲུབ་པོད་པའམ་བརྗོད་  
པའི་སྒྲུབ་པ་ཡིས་འཁོར་བ་འདྲིར་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཐམས་ཅད་གོ་ཞིང་གསལ་  
བར་མ་བྱས་པ་ཞིག་ན། མཐོ་རིས་ལྟ་དང་མི་ཡུལ་དང་ས་འོག་གི་འཛིག་རྟེན་  
གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི་སྒྲུགས་པའི་ཚོགས་བཞིན་བྱུང་དོར་གྱི་བརྗོད་བྱའི་  
སྒྲུབ་པ་མེད་པས། སྒྲུག་རུམ་མུན་པ་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་དེས་ན། གནས་  
སྒྲུབས་འཛིག་རྟེན་གྱི་དོན་རྣམས་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་རྣམས་  
བར་བཞག་པ་སོགས་ཤེས་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་གཞལ་ཞིང་གཏན་ལ་འབབས་  
པ་འདི་ནི་མིང་ཚིག་ཡི་གཤམ་རང་བཞིན་ཅན་དག་གི་བརྗོད་པའི་དྲིན་ལས་བྱུང་  
བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ། སྒྲོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ལས་རྒྱ་སོགས་གྱི་སྒྲུབ་པར་གྲགས་པའི་  
གཟུགས་གང་དེ། དག་གི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་དག་གི་མེ་ལོང་ལ་ཐོབ་པ་  
སྟེ་ཤར་བ་ན། རྒྱལ་པོ་དེ་དག་ད་ལྟ་ཉི་བར་མི་གནས་པར་འདས་སུ་ཟེན་གྱིང་།  
དེའི་གྲགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་རང་ཉིད་ད་ལྟ་འད་ཉམས་པ་མེད་  
པ་འདི་ལ་སྟོས་ཞེས། མེ་ལོང་གཞན་ལས་འཕགས་པའི་ལྷུང་བྱུང་གི་ཡོན་  
ཏན་མངའ་བ་ལ་ངོ་མཚར་བའི་རྒྱལ་གྱིས་སོ། །དགོས་པ་དེ་ལྟར་གྱི་སྒྲུབ་དག་  
སྒྱུར་རྒྱལ་ལ། མཁས་པས་ཚིག་དང་དོན་གྱི་རྣམ་པ་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་སྒྱུར་  
བའི་དག་ནི་འདོད་པ་འཇོ་བའི་བམོ་ལྟ་བུ་བཤད། ཅེས་སམ། ཡང་ན་འདི་

ལྟར་བ་ཡི་སྐད་དོད་གོ་ཡི་སྒྲ་དག་ལ་འང་འཇུག་པས། དག་ནི་དག་གི་འདོད་  
འཇོར་བཤད། ཁྱེད་ལོ། ལག་དུ་དག་ཉིད་ཀྱང་ཆོག་དོན་ལེགས་པར་མ་  
བསྐྱེད་པའི་ཉེས་པར་སྒྱུར་ན་འདོད་པ་མི་འཇོར་པར་མ་ཟད། དེ་འདྲའི་དག་  
སྒྱུར་བ་པོ་དེ་ཉིད་མི་མཁས་པར་མཚོན་པས་བ་ལང་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་སྒྲེ་བོ་  
གཞན་གྱིས་ཇོད་པར་བྱེད་དོ། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་ན་སྟན་དག་སྒྱུར་བ་  
དག་ལ་ཆོག་གམ་དོན་གྱི་སྒྲོན་ཚུང་དུ་ཞིག་སྒྲུང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར་  
བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ལུས་ཀྱི་ཆ་གཞན་ཀུན་མཛེས་  
ཀྱང་། མིག་ཆག་པ་སོགས་སྒྲོན་གཅིག་གིས་ནི་སྐལ་བ་ངན་པར་འགྱུར་བ་  
བཞིན་ནོ། ལག་ཆེ་སྒྲེ་བོ་སྟན་དག་གི་བསྟན་བཅོས་སོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
མི་ཤེས་པས། དག་གི་ཡོན་ཏན་དང་སྒྲོན་དག་རི་ལྟར་དབྱེ་རུས་ཏེ། དཔེར་  
ན་གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཟང་ངན་སོགས་དམིགས་པའི་གོ་སྐབས་ལོང་བ་དག་  
ལ་ཡོད་དམ་ཅི་ཞེས་མེད་པར་སྟོན་པའི་ཐ་ཆོག་གོ། །དེ་ཕྱིར་སྟོན་གྱི་མཁས་  
པས་སྒྲེ་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་སྟན་ཆོག་གི་བྱེ་བྲག་དོགས་པའི་དོན་ལ་མངོན་པར་  
དགོངས་ནས་སྒྲ་དོན་རྒྱལ་པར་བཀྲ་བའི་ལམ་དང་ལྟན་པའི་ཆོག་རྒྱལ་གྱི་  
བྱ་བའི་ཆོག་འཕམ་ཐབས་ངེས་པར་སྒྱུར་བར་མཛད་དོ། །རི་ལྟར་སྒྱུར་ན་མཁས་  
པ་དེ་དག་གིས་ནི་སྟན་དག་གི་ལུས་ནི་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་ཆོགས་པའི་རང་བཞིན་  
དག་གི་རྒྱན་དང་། དེ་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་གྱི་རྒྱལ་གྲངས་ཀྱང་རབ་དུ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་བར་དུ་དགོ་བ་ལེའུ་དང་པོ་དང་། བར་མ་དང་། ཐ་མ་གསུམ་ཡོད་  
པ་ལས། ལེའུ་དང་པོ་འདི་ལ་སྒྲུབ་དག་གི་ལུས་བཤད་པ་དང་། རྒྱུན་བཤད་  
པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། སྒྲུབ་དག་གི་ལུས་རྣམ་པར་གཞག་པ་དང་། དེ་  
དག་སྐད་གང་ལ་བརྟེན་པ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱུས་  
བཤད་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྒྲུབ་དག་གི་ལུས་ནི་རེ་ཞིག་ཅེས་རྩོམ་པའི་  
སྐབས་དེར། རང་གིས་གང་བརྗོད་བྱས་འདོད་པ་ཡི་དོན་གྱི་རྣམ་པར་བཅད་  
པའམ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཚིག་གི་སྒྲུབ་པའམ་དག་གི་རྒྱུན་དེ་ཉིད་ལ་འདོད་  
དོ། །དེ་ལ་ཡང་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དང་། ཚིག་ལྷུག་པ་དང་། བཅད་ལྷུག་  
སྒྲེལ་མ་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུས་བཤད་ལ། ཚིགས་བཅད། ལྷུག་པ། སྒྲེལ་མ་བཤད་པ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ཚིགས་བཅད་ནི་རྒྱུ་པ་དུག་ནས་ཉེར་བརྟན་ལྟ་བུའི་  
བར་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས། རྒྱུ་པ་བཞེ་ཀ་ལ་འདྲ་བར་གྱུར་པ་ཅན་ཡིན་པར་སྒྲུབ་  
དག་གི་ལུགས་འདིར་འདོད་དོ། །གཞན་ལས་ཚིགས་བཅད་ལ་རྒྱུ་པ་གཅིག་  
ནས་དུག་གི་བར་བཤད་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །རྒྱུ་པ་བཞེ་པའི་ཚིགས་བཅད་དེ་  
ལ་ཡང་། ཡི་གེ་བསྐར་བ་བྲིན་དང་། བྲིམ་བསྐར་བ་རྩྱུ་ཉི་ཤེས་རྣམ་པ་གཉིས་  
སུ་ཡོད་ལ། རྩེབ་སྒྲུབ་བྲིན་དང་རྩྱུ་ཉི་གཉིས་པོ་དེ་ཡི་སྒྲོས་པ་མཐའ་དག་ནི།  
རྩེབ་སྒྲུབ་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་དུ་ངེས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞིང་།  
དེ་འདྲའི་རྩེབ་སྒྲུབ་ཀྱི་རིག་པ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་དག་གི་རྒྱུ་མཚོ་ནི། ཟབ་མོར་འཇུག་

འདོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྟོན་པ་གསྱུར་བ་ལ་  
མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་པས་སོ། །ཚིགས་བཅད་ཀྱི་སྟོན་པ་དེ་ལ་འང་གོ་ལ་  
བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་ནི། དེ་བཞིན་རིགས་དང་། མཛོད་དང་། འདུས་བ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞིར་དབྱེ་བ་ཡོད་ཅིང་། དེ་འདྲ་བ་ཡི་ཚིགས་བཅད་དུ་མ་ཡོད་པའི་བཛོད་  
བྱ་རྒྱ་ཆེ་བ་སྟོན་པའི་གཞུང་རྣམས་ནི་ཚོམས་ཚོམས་སུ་སྐྱེས་པའི་བཅེངས་ཞེས་  
ལེའུ་སོ་སོས་གཅད་པར་བྱའོ། །ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དེ་རྣམས་སྤྱལ་མ་  
དང་སྤྱལ་བུ་ལྟར་སྟོན་པ་གསྱུར་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་གི་ཆ་གསལ་སུ་  
གྱུར་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཕྱིར་འདིར་ལོགས་སུ་དཔེར་མ་བཛོད་ཀྱང་དོན་  
གྲིས་ཤེས་པར་བྱ་བ། རི་ལྟར་ན། གོ་ལ་བ་ཞེས་པ་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གི་  
ནང་དུ་བཛོད་བྱའི་དོན་གཅིག་ཚིག་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་དབང་དུ་  
ཚོགས་པ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲིས་རབས་ལས། གཞན་དོན་སྦྱོད་པ་གང་  
གིས་ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་པ་ལུ་ཆོག་ཚིགས་རྣམས། །རང་དོན་ལ་ཆེར་འབད་རྣམས་  
ཀྱིས་ཀྱང་རྗེས་འགོ་མིན་པ་ཉིད། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅེས་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
ཡི་གའི་གྲགས་པ་གསལ། །མཉམ་མེད་དེ་ནི་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་བཅས་ལ་  
སྒྲིབས་འདུད། །ཅིས་དང་། སྤང་པོ་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་བཛོད་པའི་ཡལ་འདབ་  
ཏུ། །རྩ་མ་མཛོན་དགའ་སྤང་ཆེན་མོས་བསྐྱེད་པུ་མཐོ། །ག་ལུར་དོ་གལ་རབ་ཏུ་  
ཅེ་དགའ་དགོད། །དར་ལ་བབ་པའི་ན་རྒྱུང་འབྱུར་བ་ཡང་། །བསོད་ནམས་  
བྱས་པ་རྣམས་ལ་དགའ་སྤྱོད་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །རིགས་ནི་དཔེར་ན།

གཙུག་ན་ནོར་བུའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། མཛེས་མ་དེས་ཀྱང་མི་བདག་ནི།  
 བརྟན་ལྷན་ཟབ་ཅིང་མཛེས་བ་དང་། གཤམ་གྱིས་གདུང་ལ་སྒྲིང་རྗེས་ས།  
 གཤུ་བཞག་འདོད་པའི་དབང་ལྷག་བཞིན། གཙུག་གི་རིན་ཆེན་འོད་ཟེར་  
 བློ་། ཁྱི་རུང་འཛིགས་པར་བྱེད་པ་ཡི། བྱོགས་སུ་བསྐྱང་བའི་ཡིག་གཏེར་དག།  
 ལུ་ལུ་མ་གྱིས་ནི་བྲིས་བ་བཞིན། རྒྱུང་ནི་གཡོ་བ་ཅིང་འཕེན་བྱེད་པའི། ར་  
 ཡབ་དག་གིས་རྣམ་མཛེས་བ། འགྲོ་བ་ཡང་དག་སྒྲོལ་མིན་པར། སྒྲིང་  
 སྒྲོབས་གྱེན་དུ་འཕྱར་བཅས་བཞིན། རིན་ཆེན་ཡིད་འོང་དོ་གཤམ་དག། སྒྲིང་  
 གར་བཟུང་བར་བྱས་བ་ནི། སེམས་སྒྲུབ་པ་ཞི་བའི་སྤྲད། ལྷག་མ་ཅན་གྱི་  
 བརྟན་བ་བཞིན། ཆེ་བའི་དབྱང་པས་སྤང་ནི། སེམས་གྱི་བཟོད་པ་ཐོབ་  
 བ་དག། མཐོང་ནས་མཛོན་པར་འདོད་པ་དང་། ཡ་མཚན་དབང་དུ་རབ་ཏུ་  
 ལྷུང་། ཅིས་བརྗོད་བྱའི་དོན་གཅིག་རྒྱལ་པོ་མཐོང་བ་ལ། རྗོད་བྱེད་ཆོགས་  
 བཅད་ལྷ་པོ་པན་ཚུན་བལྟས་ནས་དོན་རྗོགས་གིང་རེ་རེའི་ནང་དུ་མ་རྗོགས་  
 པའི་དོན། མཐུག་གི་མཐོང་ཞེས་བྱ་ཆོག་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱས་པའོ།  
 དེ་ལྟར་ཆོགས་བཅད་གཉིས་སམ་གསུམ་སོགས་ཅི་རིགས་པས་སོ། མཛོད་  
 ཅིས་པ་འབྲི་གིང་གི་ཡལ་འདབ་དང་པོར། བམ་ཞིག་ས་ཡི་དབང་ལྷག་དེ།  
 མདུན་སར་བཞུགས་ལ་སྤྱང་པོ་ཡི། བགས་གྱི་བདག་པོ་མཛོན་བྱོགས་ཏེ།  
 ལུས་མོས་ལ་བཙུགས་ནས་སྤྲུལ། ལྷ་གཅིག་ཁྱོད་གྲགས་ཐོས་གྱུར་ནས།  
 ས་སྤྱང་ས་ལ་འོང་བ་ལྟའི། སྤྱང་ཆེན་མཆོག་ཏུ་མཛེས་བ་ནི། མདུ་ལྷུང་བ་

བདག་གིས་བཟུང་། སྐབས་གསུམ་པར་འོས་སོག་ཉིས་འདི། ཁྲོན་གནས་  
སོ་རབ་རྩ་གཟིགས། ཁང་ཁྱིམ་རྡོ་པོས་གཟིགས་གྱུར་ན། གཡོག་འཁོར་  
ཡོངས་པལ་འབྲས་དང་བཅས། དེ་སྐད་ཐོས་ནས་མི་བདག་ནི། ཁྲོན་ལ་ཡང་  
དག་བགྲོས་ནས་སོང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཙོད་མཆོམས་དང་བྱ་ཆོག་སྒྲ་ཆོགས་  
པ་རང་དབང་ཅན་སྒྲོ་ཀའི་གངས་པེས་བཟུང་མེད་པར་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་ནང་  
གི་ནོར་ལྟར་རྣམ་པ་རྩུ་མར་གནས་པ་ཞིག་གོ །འདུས་པ་ནི། ཡལ་འདབ་  
དང་པོར། གཟི་བུ་ལ་བརྟེན་ལྟ་རྣམས་གྱིས། ཁང་གི་གྲགས་པ་མཛོན་  
མཆོད་པ། རབ་གསལ་ཞེས་བྱའི་ས་བདག་དེ། དེར་ནི་ས་ཡི་ཐིག་ལེར་  
གྱུར། ཁང་གི་གྲགས་པའི་མེ་ཏོག་གི་ འོག་པ་ཡོན་ཏན་དེ་བཟང་ཆོགས། །  
ཐོགས་ཀུན་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མའི། རྩ་བ་ཡི་ནི་རྒྱན་དུ་གྱུར། ཐབས་ཤེས་  
ལྟན་པ་གང་གི་བཀའ། ས་སྒྲིང་མགོ་ཡི་ཆོགས་རྣམས་ལ། གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་  
དེ་མེད་གྱི། བྲང་བ་བཞིན་དུ་རབ་རྩུ་བུ་ལྟེན། ཅེས་པ་ལྟ་བུ་མཛོད་བྱེད་ཆོགས་  
བཅད་གསུམ་གྱིས། ཐིག་ལེར་གྱུར། རྒྱན་དུ་གྱུར། རབ་རྩུ་བུ་ལྟེན་ཅེས་བྱ་  
ཆོག་གསུམ་གྱིས་གསལ་བ་འདི་ལྟ་བུ་སོགས། སྐབས་དོན་བཛོད་བྱ་གཅིག་  
ཆོགས་བཅད་དུ་མ་དང་བྱ་ཆོག་དུ་མས་བསྟན་པ་ཞིག་གོ །

དེ་ལྟར་རིགས་དང་འདུས་པ་གཉིས་ལ་ཆོགས་བཅད་འགའ་ཡོད་པར་འདྲ་  
ཡང་། རིགས་བྱ་ཆོག་གཅིག་གིས་བསྟུས་པ་དང་། འདུས་པ་བྱ་ཆོག་དུ་མས་  
བསྟན་པའོ། མཛོད་དང་འདུས་པ་བྱ་ཆོག་མང་བར་འདྲ་ཡང་། མཛོད་ལ་



ཚིགས་བཅད་མང་པོ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། འདུས་པར་མང་པོ་དགོས་  
པར་ངེས་སོ། །གྲོལ་བ་ལ་བྱ་ཚིག་དང་གཅོད་མཚམས་མི་དགོས་སོ་ཞེས་སྒྲ་  
མ་དག་གིས་བཤད་དོ། །དེ་ཡང་ཚིགས་བཅད་མང་པོ་ཡོད་པ་སྐྲུན་བཅིངས་  
བའི་སྒྲན་ངག་ཆེ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་གཞུང་རྒྱ་ཆེ་བས་སོ། །དེ་ཡི་མཚན་ཉིད་རི་  
ལྟ་བུ་ཡིན་པ་བརྟུན་པར་བྱ་སྟེ། ལྟག་པའི་ལྟ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་འདོད་པའི་  
དོན་ལ་གིས་པར་བརྟུན་པ་དང་། ལྟག་པའི་ལྟ་ལ་བྱག་བྱ་པའི་ཚིགས་བཅད་  
དང་། གཞུང་གི་བརྟུན་བྱའི་དངོས་པོ་ངེས་པར་བསྒྲན་པའང་སྒྲན་ངག་ཆེན་  
པོ་དེ་ཡི་འདུག་སྟེ་དེ་སོག་མར་གཞག་པར་བྱ་བའོ། །

གཞུང་གི་བརྟུན་བྱ་སྟོན་བྱུང་གི་གཏམ་ལས་གྱུར་བ་སྦྱེས་རབས་དང་རྟོགས་  
བརྟུན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའམ། དེ་མིན་ཡང་གཅིག་ཤོས་ཞེས་ད་ལྟ་སོགས་  
ཀྱི་དངོས་པོ་ངོ་མཚར་བའི་བརྟུན་དོན་ལེགས་པ་ལ་བརྟུན་པ་གང་ཞེས། ཚིགས་  
དོན་འདོད་ཐར་ཉེ་སྟེ་བཞིའི་འབྲས་བུའམ་དགོས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པའམ་  
དེའི་སྤྲད་དུ་བྱས་པ་དང་། བསྐྲུགས་བྱ་མཁས་གིང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེའི་འདེན་  
པ་ལ་བསྐྲུགས་པ་ཅན་དུ་བྱ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད། སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཡུལ་  
སྤྲུགས་ཀྱི་གྲོང་ཁྱིམ་དང་། རྒྱ་མཚོ་དང་། རི་དང་། དུས་དང་། ཉེ་སྤྲུག་ལེགས་  
པར་འཆར་བའི་བསྐྲུགས་པ་དང་། སྤྱི་མོས་ཚལ་དང་། རྒྱ་ཡི་རོལ་ཅུང་དང་།  
ཆང་འཐུང་བ་དང་། བོ་མོ་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་བལྟ་བུ་བཟད་ལག་བཅིང་  
གཉིས་སྦྱར་བྱི་རྒྱལ་དང་། བོ་མོ་དུས་བཟབ་སྟེ་མཚོགས་པ་ལྟ་བུ་བསྐྲུ་བ་

དང་། བག་མ་ལེན་པ་དང་། གཞོན་ལུ་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་སྤྱོད་འཕེལ་བ་  
 དང་། འདུན་གྲོས་བྱེད་པ་དང་། རོ་ཉ་ཡུལ་གཞན་དུ་བགྲོད་པ་དང་། གཞན་  
 དང་གཡུལ་འབབ་པ་དང་། འདྲེན་པ་ཉིད་མངའ་ཐང་དར་བས་ཀྱང་བརྒྱན་  
 བར་གྱུར་ཅིང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ངང་ཚུལ་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཉ་ཅང་ཆོག་ཉུང་དུར་  
 བྱས་ན་ཉམས་མི་ཐོན་པས་མདོར་བསྡུས་པ་མིན་པར་ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་ཞིང་།  
 གང་དང་གང་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་དང་འདྲ་བའི་ཆོག་  
 གི་ཉམས་ཐོན་པས། དེ་ལས་ཡིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་གི་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་ལུས་པ་  
 དག་གིས་གཏམས་པའམ་གང་བར་བྱ་ལ། ཆོག་ཉག་ཉག་མཉན་དཀའ་བ་  
 མང་བས་སྐྱོ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བའང་མིན་པར་རྒྱས་བསྡུས་འཆོམས་པས་མཉན་  
 འོས་པ་ཉིད་དུ་བྱའོ། །ཆོགས་བཅད་དེ་ཉིད་སྤེལ་སྦྱོར་བྱིན་སོགས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་དང་མཐུན་པར་ལེགས་པར་མཆོམས་སྦྱར་ནས། གཞུང་ཀུན་ཏུ་སྐྱོ་  
 དག་གི་ཤོང་མའི་མཐའ་དང་འོག་མའི་མཐའ་རྣམས་སུ་ཆོག་རིང་བྱུང་བཅད་  
 རྒྱལ་སོགས་དང་སྤྱོད་དང་དོན་གྱི་རྒྱན་དང་སྤེལ་སྦྱོར་རྣམས་གཅིག་མ་ཡིན་པ་  
 ཐད་དུ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་གྱུར་པ་དང་ལྷན་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡིད་རྩིས་མཛོས་པར་  
 བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲན་དག་དམ་པའི་རྒྱན་དང་ལྷན་པ་ནི་ལེགས་ཤིང་ཡིད་  
 དུ་འོང་བའི་བྱིར་འཛིན་མཁན་མང་བས་བསྐྱེལ་བའི་བར་དུ་གནས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གང་ཞིག་གོང་ཁྱེད་དང་རྒྱ་མཚོ་ལ་སོགས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པས་  
 པ་སྒྲན་དག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་གཞུང་རྣམས་སུ་འབྱུང་བར་གསུང་བའི་བྱིར་བསྐྱེད་པས་

པ་རྒྱས་པར་བརྟེན་པ་རྣམས་ལ་བྱུང་ཡང་ལེགས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བའི་  
 ཚུལ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་མ་ཆང་ན་སྒྲུབ་དག་རྒྱས་  
 པའི་གཞུང་དུ་མི་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་ཡོད་པར་སྒྲོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུབ་དག་  
 གི་བརྟེན་བྱ་གང་ཞིག་དེ་དང་དུས་དང་བྱུས་སོགས་འདིར་བསྒྲུབ་གྱི་ཡན་ལག་  
 འགས་དམན་ཏེ་མ་ཆང་ན་ཡང་། གལ་ཏེ་བརྟེན་བྱའི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་རྣམས་  
 ལ་བསྐྱེད་པ་སྐྱུར་ཚུལ་རྣམས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་ནི་དེ་གིས་སྒྲུབ་དག་དེ་  
 རིག་པ་འཕམ་ཤེས་པ་རྣམས་ཡིད་མཁྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན། འདིར་ནི་རི་  
 སོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་འགའ་ཞིག་མེད་དེ། མ་ཆང་ན་དེ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་དག་རྒྱས་  
 པར་མི་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

དེ་ཡང་སྒྲུབ་དག་རྒྱས་པའི་སྐབས་སུ། གྲོང་ཁྱེར་ལ་བསྐྱེད་པ་ནི། འཁྱི་  
 ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དང་པོར། །གསེར་གྱི་བ་གམ་གཞལ་ཡས་ཁང་། །ཁང་  
 པས་བསྐྱོར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ནི། །འོད་ལྗན་ཞེས་བྱ་བསོད་ནམས་ལས། །འོད་  
 ལྗན་མཐོ་རིས་ལྟ་བུ་ཡོད། །ཅེས་སོགས་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བཀོད་པ་ཡིད་འཕྲོག་  
 པའི་ཚིག་གི་ཉམས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་བརྟེན་པའི་ཚིགས་བཅད་དུ་མ་རྣམས་སོ། །  
 ཚིགས་བཅད་གཅིག་ལའང་། ལྷ་ཚོགས་ནོར་བུའི་འོད་ཆགས་གཞལ་མེད་  
 ཁང་། །རབ་ཡངས་བཀོད་པའི་བྱུང་པར་དུ་མ་ཡིས། །མདོན་དགའ་མཚུངས་  
 པ་མེད་པའི་གྲོང་ཁྱེར་འདི། །སུམ་ཅེན་གྲོང་ཁྱེར་ས་ལ་འཕྲོས་པ་བཞིན། །  
 ཞེས་རང་གིས་སྒྲུས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་མཚོའི་བསྐྱེད་པ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་དཔལ་

ཐོས་མཛད་པའི་སྐྱེས་རབས་སོ་བཞི་པའི་ལེགས་པར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་རབས་  
ལས། དེ་ནི་ཨ་རྒྱ་རྟེན་གྱི་འོད་ལྟར་སྟོ། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་གནམ་སྟོན་བཞུས་  
པ་བཞིན། ཁོར་ཁོར་ཡུག་མཚོའི་འགམ་བལྟར་མི་མངོན། གཏིང་དབག་དཀའ་  
པའི་མཚོ་མཛིང་ནང་དུ་ཞུགས། ཞེས་དང་། གྲུ་ཀུན་ཏུ་དགའ་པའི་རྫོས་  
གར་ལས། ལི་ཤིའི་ཡལ་འདབ་དག་ནི་ཟོས་ཡུར་པའི། ལག་ལྡན་ཚུ་སྤོན་  
སྤྲེགས་པའི་དྲི་བཟང་གི། ཚུ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱ་མཚོའི་རྩ་བས་འདི། རིན་  
ཆེན་འོད་ཟེར་དག་གིས་སྤྲེག་ཏེ་མཛེས། ཞེས་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་།  
རྣམ་མང་ནོར་བུས་གཏམས་པའི་ཚུ་གཏེར་ནི། དྲི་མེད་བུཊར་མེ་ལོང་བྱིས་  
པ་བཞིན། ཁ་མཐའ་རབ་ཏུ་ཡངས་པའི་ཁོར་ཡུག་གིས། གནམ་སྟོན་སྟོ་  
བར་བསྐྱེལ་བ་བཞིན་དུ་གནས། ཞེས་རང་གིས་བཀོད་པའོ། རི་ཡི་བསྐྱགས་  
པ་རྒྱ་ལུག་གི་གླིང་དུ་བཤོད་པའི་ཡལ་འདབ་ལས། ཅེ་མོ་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བ་ཡི།  
ཤེལ་གྱིས་འཛིན་མདུན་དུ་མཐོང་། བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བཤོད་དཀའ་བ།  
འཇམ་པའི་བྲག་ནི་གཅིག་ལྟ་དེར། ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་རང་གིས་སྤྲེག་  
པ། དྲི་མེད་རྒྱ་བ་གཞོན་ཅུའི་མདངས་བཟང་ཡང་། མོག་པོར་བསྐྱིད་པ་གེ་  
ལ་ཤ་ཡི་རི། ཉི་རྩའི་རྩ་ཆ་དབྱངས་པའི་ཁོར་ཡུག་ཀུན། ལྟ་དང་བྱང་སྟོང་  
གྲུབ་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་གཏམས། ཞེས་སོ། དུས་ཀྱི་བསྐྱགས་པ་འཕགས་  
སྐྱེས་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། དེ་ནས་ཡིད་སྤྲུབས་ལོངས་སྟོན་གྲོགས། སྤྱང་ཅི་  
འཐུང་བ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན། སྐལ་བཟང་འབྲི་ཤིང་འཕྱུད་བྱེད་པ། ལེགས་

ལྷན་དབྱིད་ནི་མཐོང་བར་གྱུར། །ཅེས་དང་། སྒྲུབ་པ། ཡིད་འོང་སྒྲིན་སྒོན་  
 གྲོག་གི་ཕྱེད་གཤམ་ཅན། །མ་བྱ་རབ་རྒྱ་དགའ་བའི་འབྲུག་སྒྲུ་སྒྲོག་ །བྱང་བའི་  
 གར་བྱེད་མེ་རྟོག་སྤང་བའི་ཚལ། །རབ་རྒྱས་དབྱིད་ཀྱི་དྲུས་བཟང་འདིར་ནི་  
 མཐོང་། །ཞེས་སོ། །ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱེད་པ་པ། སྒྲིན་བཞེན་གྱི་རྟོགས་  
 བརྗོད་ལས། །དེ་ནས་ཤར་གྱི་རི་ཕྱིར་རི་བོང་ཅན། །འོད་ཟེར་སྤང་བ་ཤེལ་  
 གྱི་དྲུ་བས་བསྐྱེད་པ། །བ་གམ་ཕྱིར་འཛེགས་དགའ་སྒོན་ཆེན་པོ་ལས། །ཁྱུ་བ་  
 མཐའི་བྱ་མེད་གར་ལ་བལྟ་བ་བཞིན། །ཞེས་དང་། གྲོ་བཞིན་སྒྲེས་གྱི་རྟོགས་  
 བརྗོད་ལས། སྤྱིད་པའི་མིག་ནི་ཉི་མ་དག །འབྱུང་པོ་ཀྱན་གྱི་བདེ་སྐྱེད་གི།  
 །དབང་པོ་གཅིག་སྤུ་ཤར་བའི་ཆོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་སྒྲུབ་པ། རྒྱ་སྒྲར་  
 སྤང་བས་ཡོངས་བསྐྱོར་རི་བོང་ཅན། །ཡིད་འོང་བདུད་ཅིང་འོད་དཀར་ཕྱོགས་  
 ཀྱན་འགྲེམ། །ཀྱུ་མུད་འབྱུང་གནས་རྣམས་དང་སྒྲུབ་ཅིག་རྒྱ། །འདྲེན་བྱེད་  
 ཀྱུ་མུད་དགའ་བའི་དཔལ་དུ་ཤར། །ཞེས་དང་། མཐོན་མཐིང་ནོར་བུའི་འོད་  
 ཆགས་འཆི་མེད་ལས། །གསེར་ཁྱུ་ཁྱུ་བས་ལེགས་པར་བྱུགས་པ་བཞིན། །  
 །འཆར་ཀའི་འོད་བཟང་སྤྲང་བས་མདུན་བསྐྱེད་པའི། །བརྒྱའི་གཉེན་དེ་ཤར་  
 གྱི་རི་ལས་མཐོང་། །ཞེས་སོ། །སྤྱིད་ཆལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་པ་སྒྲིན་བཞེན་ཡལ་  
 འདབ་རྒྱ། །བྱང་བའི་ན་རྒྱུང་རྣམ་འབྲུལ་ཡོངས་སྤྱོད་ལྷན། །སྤྱང་ཅིས་སྤྱོས་  
 ཤིང་རྣམ་པར་འབྲུམས་དུས་དེ། །མེ་རྟོག་རབ་རྒྱས་འབྲི་ཤིང་ཆལ་གྱི་གཞིར། །  
 རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་སྐས་ནི་རྣམ་པར་རྒྱ། །ཞེས་དང་། བོ་དོང་པར་ཆེན་གྱི་

དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པ་རྒྱན་གྱི་སྤང་བ་ལས། དེན་ཆེན་སྟེང་མོས་ཆལ་  
གྱི་མཆོ་འགྲམ་གང་། གྲི་མེད་ནོར་བུའི་ལྷོན་གྱིང་སྤང་བ་ཅན། ཤེལ་གྱི་  
ལྷག་ཐུན་འཁྱི་གྱིང་གཞོན་ནུས་འབྱུང་། ཤུན་ཚུན་ཡལ་ག་ལག་པས་འཐེན་  
བ་འདྲ། གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་རྣམས་ནི་མགོ་ལྷོགས་ལྡེམ། གཡུ་ཡི་བུང་བ་སྒྲུ་  
ལེན་འཕྱར་ཞིང་ལྡིང་། ཁང་བའི་རྒྱལ་པོས་མཐའ་ཡས་རྩ་རྩ་བརྟུངས། བཞན་  
དཀར་མགོན་དེང་རྣམས་ནི་སིལ་སྟན་འབྲོལ། ཁྱོས་པའི་ཁུ་བྱུག་ཟབ་མའི་  
གྲིང་བུ་བརྒྱུར། ཉགས་གྱི་ཕྱེའུ་རྩ་ཆོགས་པི་མོ་སྒྲོག། ཁུ་བྱུ་མཐའ་དག་དགའ་  
ཞིང་རྣམ་པར་འཕྱོ། སྒྲུ་སྒྲུག་དེ་དྲགས་ཆོགས་རྣམས་རྒྱུ་ཅིང་མཆོངས། །  
དྲེགས་པའི་སྒྲུང་ཆེན་ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་འགྱིང། ལྷ་ལྷག་གཞོན་ནུའི་ཆོགས་  
རྣམས་སྒྲུ་ཅལ་ཅེ། འི་དྲགས་མིག་ཅན་ཅེད་འཛོ་སྒྲུ་གར་ཕྱེད། ཁྲང་སྟོང་  
དེག་འཛོན་དུ་མ་བསམ་གཏན་མཛད། ཏ་དེ་ཅ་ལྷན་ལྷོན་པའི་གྲིབ་བསིལ་  
དང་། ལི་ཤིའི་མེ་ཏོག་གྲུར་གྱི་ལྡིང་ཁང་ཅན། འིན་ཆེན་ནེའུགསིང་མཐིང་  
གའི་དབུས་མཐོ་བར། ལླ་བ་ནོར་བུའི་དོ་ལེབ་ཕྱོགས་བཅུར་བཀྲམ། བརྟ་  
དཀར་པོའི་སྤང་བ་འཕྲིགས་པའི་གཞིར། ཞེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་། མཛོས་  
ལྷན་ལྷོན་གྱིང་སྤང་བས་ཡོངས་བསྟོར་ཅིང་། རྣམ་མང་མེ་ཏོག་གཞོན་ནུའི་  
འཛུམ་ཞལ་ལས། ཡིད་འཕྲོག་དྲི་བསྐྱང་འབུལ་བས་མདུན་བསྐྱས་ཏེ། མཐོང་  
ན་མཛོན་དགའ་སྟེང་མོའི་ཆལ་དེར་ཞུགས། ཞེས་སོ། རྒྱའི་རོལ་ཅེད་ལ་  
བསྐྲགས་པ་ནོར་བུ་བཟང་གི་ཡལ་འདབ་ལས། དེ་དག་དབུས་སུ་ཡིད་འཕྲོག་

མ། །སྤྱུས་བྱས་ལངས་པ་མཐོང་གྱུར་ཏེ། །དྲག་པོའི་མིག་གསུམ་མེད་གནི། །  
 ཞི་བྱེད་རྩེ་ཡི་ལྷ་མོ་བཞིན། །ཞེས་སོགས་དང་། །འདིག་རྟེན་ཀྱན་རྒྱུད་དགའ་  
 བའི་རྒྱུ་གར་ལས། །ལྷ་ག་མ་ཉལ་བ་བཞིན་དུ་རྩེ་གྲུང་རྣམས་སྤངས་ལྷ་ལམ་  
 མཐོང་བའི་ལུང་པོ་ལས། །ཕྱོགས་གྱི་སྤྱང་ཆེན་རྣམས་ནི་ཅེ་ཞིང་སྤྲེལ་སྤྱོད་  
 གཏོར་ཐིགས་པའི་ཟེར་མ་རྣམས། །ཡང་དག་ཆོམ་པ་སྤྱེ་འགྱུར་རྩེ་གསུམ་མེ་  
 ཏོག་འབྲས་སུའི་འོད་ཟེར་མཛེས་པ་ལྟར། །དང་སྤོང་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་གསེར་  
 གྱི་བདྲ་འདྲིན་ཅིང་སྤྱུས་ལ་རབ་རྒྱུ་འཇུག་ ཅེས་དང་། །ཡང་། དེར་ནི་ཁོར་  
 སུའི་རྒྱན་རྣམས་རབ་བཀོལ་ནས། །རབ་བསིལ་ཡིད་འོང་གསུམ་འཇུག་  
 རོགས་སྤྱ། །མཛོན་དགའ་མཚུངས་མེད་ལྷ་བ་གཞོན་རུའི་ལུས། །དང་བའི་  
 ལྷ་བས་གྱིས་དགའ་སྟོན་སྤྱུས་ལ་ཞུགས། །ཞེས་སོ། །ཆང་འཕྱང་བའི་རྩལ་  
 བརྗོད་པ། །ཀྱུ་ཀྱན་རྒྱུད་དགའ་བའི་རྒྱུ་གར་དུ། ཉ་རི་ཅན་གྱིས་བྱུགས་ལུས་  
 ཅན་ལྷ་ཡི་མེ་ཏོག་སྤོང་བས་རབ་རྒྱུ་མཛེས། །ཁོར་སུའི་རྒྱན་གྱི་འོད་དག་རེག་  
 བས་དྲངས་གིང་བཀྲ་བར་བྱས་པའི་གོས་དང་ལུག། །སྤྱུ་བའི་སྤྱེ་པོ་དག་  
 དང་སྟན་ཅིག་སྤེལ་བར་གྱུར་པའི་རིག་འདྲིན་འདི་དག་རྣམས། །ཅན་གྱི་བ་  
 བསིལ་དག་རྒྱུད་དགའ་མའི་འཕྱང་ལྷ་ག་རྒྱུར་ཆང་དག་འཕྱང་བར་བྱེད། །  
 ཅེས་དང་། །འདིར་ཡང་། རབ་དགའི་ཡིད་ཅན་རྣམས་ནི་པན་རྩྭ་དུ། །ཟིམ་  
 སུས་བལྟ་བཞིན་དགའ་སྟོན་མདུན་ས་དེར། །རོ་རྩུས་སྤྱན་ཚོགས་དྲི་བསྤང་  
 བརྒྱུ་བའི་ཆང་། །བག་ཐེབས་རྩལ་གྱིས་འདོད་དགྱུར་འཕྱང་ཞིང་ཅེ། །ཞེས་

སོ། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་བརྗོད་པ་ཀུན་ལའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། ཡུལ་  
འདི་སྐྱེ་བོས་སྤངས་ཤིང་ལེགས་པར་སྒྲིབ། །དབེན་པ་འབྱེད་པ་སྤྱུ་ཡང་མེད་  
པ་འདིར། །རང་འདོད་དུ་འཇུག་མཛོའ་བས་དུད་པ་ཡི། །བྱ་སྤྱད་དར་མ་སྒྲུལ་  
ལྡན་ཉིད་ལ་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་དང་། ཁོར་བཟངས་གྱི་ཡལ་འདབ་ལས།  
མཚུ་ཡི་སྤྱང་ཅིར་ཆགས་ལྡན་པ། །སྤྱང་ཅི་འཕུང་བས་བཞིན་དུ་དེས། །རེག་  
བར་བཞིན་གྱི་ཚུ་སྐྱེས་ནི། །དུད་ཅིང་བརྒྱ་ཅན་དེ་འདར། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱར་ཡང་། བན་ཚུན་ལག་ནས་བྱངས་ཏེ་ཡངས་པའི་བྱང་། །  
གཞོན་རུའི་ཤ་ཚུགས་རེག་པའི་བདེ་མུང་ནས། །ཅི་དགས་སྤྱར་ཡང་དམ་  
པོར་བཅིངས་གྱུར་པ། །འོ་མའི་མཚོ་ལ་སྒྲ་ཟེར་བབ་པ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །མ་ཚོགས་བཞི་སྟུང་པ་ལས། དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་ཚོས་  
ལ་སྟུང་པའི་སྐྱེས་བུ་ཞིག །བྱད་མེད་དུས་བདེ་བདེ་དང་མ་འཕྲད་དེ་ཡིས་ནི། །  
ཉིན་གཅིག་སེམས་གྱི་རྣམ་པར་སྟོད་པ་རི་སྟེད་པ། །ཞེས་པ་དཔེར་བྱས་ཏེ་  
གསུངས་པ་འདི་ལྟ་བུ་བརྗོད་པ་ནི། །ལྷ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས།  
ཅ་རྒྱུན་འཁྲི་ཤིང་དག་གི་ཁང་པ་ནི། །སྒྲ་བཞོར་བུའི་རྟོ་དང་ལྡན་མོད་ཀྱང་། །  
སྒྲ་བཞིན་མ་བྱལ་འདི་ལ་བདག་མི་དགའ། །སྒྲ་འོད་དང་བྲལ་མཚན་མོའི་  
སྒྲོ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འདིར་ཡང་། གཅིག་ལ་གཅིག་སེམས་  
རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ཡིས། །བྱུར་མིག་ལྷགས་ཀྱས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་ན་ཡང་། །  
བྱང་དུ་བཞོད་ལྡན་ནམ་མཁའི་ནོར་བུ་འདིས། །འཁྲེན་ནས་ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་



ཉིན་མོར་སྒྲུལ། ཅེས་སོ། །བག་མ་ལེན་པ་ནི་སྒྲིན་བཞོན་ཡལ་འདབ་རྒྱ།  
 དེ་ནས་བག་མའི་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་ལ། ཆོ་ག་བཞིན་ཞུགས་གྲུབ་བདག་  
 ལུ་མོ་ཡི། །ལག་བཟུང་རེག་པ་གསར་པའི་བདུད་ཅི་ཡིས། །རིག་འཛིན་རྒྱལ་  
 མོའི་སྒྲས་ནི་དགའ་བར་གྱུར། ཅེས་དང་། འདིར་ཡང་། རིང་ནས་མངོན་  
 འདོད་ལྷུང་ལ་མིག་ཡངས་མ། །རྣམ་མངོན་ལུའི་འབྱོར་པ་དང་བཅས་པར། །  
 རབ་རྒྱ་དགའ་བའི་སྒྲུག་ར་རོལ་མོ་ཡིས། །མཛེས་པར་བསྐྱས་ཏེ་བག་མའི་  
 དགའ་སྟོན་བསྐྱངས། ཞེས་སོ། །གཞོན་ནུ་སྒྲེབ་བ་བཟྃ་པ་ནི། གཙུག་ན་  
 བོར་ལུའི་རྟོགས་བཟྃ་དུ། དེ་ནས་དུས་ནི་ཡོངས་རྫོགས་ཏེ། །མཁའ་ལ་  
 བདུད་ཅིའི་འོད་ཟེར་བཞིན། །འགོ་བའི་རབ་རིབ་ཀྱན་འཛམས་ལ། །ལ་མོ་  
 ལ་ནི་བཅས་པར་གྱུར། ཅེས་དང་། ཡང་སྒྲས་པ། ལུ་མིའི་ཆལ་རབ་མཚོག་  
 རྒྱུ་དང་གྲགས་པར། །ལྟར་བཅས་འཛིག་རྟོན་ཀྱན་ན་མཚུངས་མེད་སྒྲ། །མཚན་  
 དཔེ་ཉི་མ་བརྒྱ་པའི་སྒྲུང་བཅན། །ཤུགས་སྒྲུང་དེ་འགོ་བའི་དཔལ་དུ་བརྟམས། །  
 ཞེས་སོ། །གཞོན་ནུ་འཕེལ་བ་བཟྃ་པ་གྲུང་པོ་ཅན་གྱི་རྟོགས་བཟྃ་དུ། རི་  
 བོང་ཅན་བཞིན་བྱིས་པ་དེ། །དུས་ལ་སྒྱུ་རྩལ་ཆགས་གནས་གྱུར། །འཛིག་  
 རྟོན་ཀྱན་གྱི་མིག་གི་གཉེན། །འོད་ཟེར་ལྷན་ཞིང་རབ་རྒྱ་མཛེས། །ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པ་དང་། ཡང་། དེ་ཡི་ལང་ཚོའི་ལྷ་བ་སྒྲོ་གོས་ཀྱི། །འོད་ཟེར་བཟང་  
 མོ་འགྲན་པ་བཞིན་དུ་འཕེལ། །བྱིས་པ་གཞོན་ནུའི་ཅེ་དགའི་རོལ་པས་གྲུང་། །  
 གཞན་ཡིད་དགའ་བའི་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པར་འཕེལ། །ཞེས་སོ། །གོས་བྱེད་པ་

བརྗོད་པ་ནི། འཕགས་སྒྲིམ་པོའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། འཕགས་སྒྲིམ་པོ་ནི་ཉེར་  
ལྷགས་པས། །ཤུ་རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་བགོ་བ་བྱས། །སློག་དང་ལྷན་ཅམ་སྤུལ་  
ཡང་། །འུ་ཅག་འཛོལ་མི་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་སྒྲིམ་པ། རི་དབང་རྣམས་  
ཀྱིས་ཡོངས་བསྐྱོར་ལྷན་པོ་བཞིན། །རབ་ཡངས་བརྟན་པའི་སློ་མངའ་མིའི་  
དབང་པོ། །གསལ་མཛེས་སློན་པོའི་ཚོགས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །རྒྱལ་ཐབས་  
མངོན་པར་མཐོ་བའི་གྲོས་ལ་ཞུགས། །ཞེས་སོ། །

ཕོ་ཉ་བགོད་པ་བརྗོད་པ་ཡབ་སྐུ་མཇུག་པའི་ཡལ་འདབ་ལས། ཡིད་ལ་  
རེ་བ་འདི་ཡི་ས་ཡི་བདག །དེ་ལྟའི་སྤྱད་བཞིན་མཉུན་དུ་སོང་བའི་ཚེ། །དེ་  
ཡི་དྲིན་གྱིས་རབ་བྱུང་གསལ་བྱས་པའི། །དགའ་བའི་རོ་ལྷན་འཆར་ཀ་ཡང་  
དག་འོངས། །ཞེས་དང་། འདིར་བརྗོད་པ། རྒྱལ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་རལ་པའི་  
ཅོད་པན་ལ། །འབབ་སྒྲེགས་བྱེད་པ་མི་ཡི་དབང་པོའི་བཀའ། །ཁོར་བུའི་དོ་  
གལ་འཛིན་པའི་ཕོ་ཉ་རྣམས། །ཚུར་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཡུལ་གཞན་རྣམས་སྤུ་  
སོང་། །ཞེས་སོ། །ཡུལ་གཞན་དུ་བགོད་པ་མ་གླ་རྒྱ་བཟང་མོའི་རྟོགས་བརྗོད་  
དུ། །དེ་ནས་མཚན་མོ་འདས་སྤྱར་ཏེ། །སྤྱོད་དག་སྤོང་ཐམས་ཅད་ནི། །སྤྱ་  
ཚོགས་ལྟ་ཡི་ཆས་ལྷན་པའི། །གཞལ་ཡས་ཁང་ནས་མཁའ་ལ་གཤེགས། །  
ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་དེའི་དབེ་བརྗོད་པ། གསེར་  
གྱི་རྒྱན་ལྷན་རྟ་མཚོག་དུ་མ་ཡིས། །ལེགས་པར་བྱངས་པ་ཁོར་བུའི་གིང་རྟ་  
ལ། །དབྱེས་བཞིན་བཞུགས་པ་ས་ཡི་བདག་པོ་འདི། །རྣམ་མང་ཡུལ་གྱི་

བཀོད་པ་བལྟ་བཞིན་འདོད། །ཞེས་སོ། །གཡུལ་འཐབ་པ་བརྗོད་པ་བརྒྱ་  
 གྱིན་གྱི་རབས་ལས། དེ་ནས་མཚོན་ཆ་འབྲུགས་པ་ཡི། །སྒྲུ་ཆེན་གཡུལ་ནི་  
 བསྐྱེས་པ་དང་། །རྩ་བརྩུང་སྒྲུ་ནི་དྲག་པོ་ཡིས། །ནམ་མཁའི་རིས་ནི་རལ་བ་  
 བཞིན། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །འདིར་ཡང་། དྲག་  
 པོའི་ལྟ་དམག་འདུས་པའི་བདན་ནི། །དྲག་ལྟ་འཇུག་པའི་རྒྱུད་གིས་ཉེར་བསྐྱོད་  
 པ། །འཛིགས་པུང་སྒྲིན་ནག་འབྲུགས་པའི་འབྲུག་སྒྲུ་བཞིན། །དཀར་ཕྱོགས་  
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་དཔའ་རར་བསྐྱེད། །ཅིས་སོ། །འདྲེན་པ་དར་བ་བརྗོད་  
 པ་ནི། ར་ལས་རྩའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། །ལྟག་མ་རལ་བས་བདེར་གནས་པ། །  
 མཐའ་དག་ཚུགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ནི། །སྒྲུ་རྣམས་ལྟན་པའི་ལོར་འཛིན་མ། །  
 མ་ལུས་དབྱང་བས་གཟུང་བར་འཇུག། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 འདིར་སྤྲིད་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་འདྲེན་པ་དར་བ་ལ་མཚོན་ན། མཐའ་བཞིའི་  
 སྒྱེ་པོ་དྲེགས་པས་བསྐྱེདས་པའི་སྤྲིང་། །གང་གི་མཚན་གྱིས་བསྐྱེདས་པས་  
 འདར་བྱེད་པ། །ཡུན་ཚོགས་སྡེ་བཞིའི་མདོན་མཐོ་མའི་དབང་པོ། །སྟོབས་  
 འབྱོར་ཉི་མ་བྱེ་བའི་སྤང་བ་འབར། །ལྟ་བུ་དང་། །ཆོས་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་འདྲེན་  
 པ་དར་བ། །མཁུན་མཚོག་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པའི་འཇུམ་དཀར་གྱིས། །ཡིད་  
 ལ་འཛིགས་བྲལ་སྟོབས་པའི་སྟོབས་བྱིན་པས། །མང་ཐོས་སྒྲུ་ཞགས་རྒྱུང་བའི་  
 སྤང་ཆེན་ཚོགས། །ཟིལ་གཤོན་སྒྲུ་བའི་སེང་གེ་སྤྲུལ་མཚོག་ །ཅིས་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡོན་ཏན་སྒྲུ་ཚོགས་པ་གང་དང་གང་གི་ཆ་ནས་དར་བ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཡུལ་ལ་བསྐྱགས་བརྗོད་གི་སྟུན་དག་གི་དོན་བསྟན་པའི་ཞར་བྱུང་དུ་  
བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པའི་ཆོག་འདི་ལ་སྟུན་དག་གི་ཉམས་འབྱུང་ཚུལ་གསུངས་  
པ། ལྷ་མ་ཉམས་འདོད་པ་ལྟར་ན། ཐོག་མར་བསྐྱག་བྱའི་འདྲེན་པ་ལ་དཔལ་  
མཛདས་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱིས་བསྐྱག་པ་ཆེན་པོ་ཉེ་བར་བཀོད་ནས། དེ་ཡིས་  
ནི། གཞན་དག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཅིས་པའི་དག་གི་ཚུལ་ལམ་ལམ་འདི་རང་  
བཞིན་དུ་དག་སྦྱར་མཛེས་པ་ཡིན་མོད་གྱི། རིགས་མཐོ་བ་དང་བརྩོན་འགྲུས་  
རྒྱ་ཆེ་བ་དང་མར་དུ་ཐོས་པ་སོགས་གྱིས་དག་པོ་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱགས་པར་  
བྱས་ནས། དེ་འདྲའི་དག་པོ་རྒྱལ་བར་དཀའ་བ་ལས་ཀྱང་བསྐྱག་བྱའི་འདྲེན་  
པ་ཉིད་རྒྱལ་བར་བརྗོད་ན། བསྐྱག་བྱའི་འདྲེན་པ་ནི་ཆེས་ཁྱད་པར་འཇགས་  
པ་བརྗོད་པའང་ཡིན་པས་སྦྱར་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་  
དགའ་བ་སྦྱུས་ཤིང་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ལྷུག་པ་བཤད་པ་ལ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་བསྟན། དེ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་སྟུ་  
འདོད་པ་དགག། དང་པོ་དག་གང་ལ་རྒྱང་པ་སོ་སོར་བཅད་པ་མེད་པའི་  
ཆོག་གིས་རྒྱན་ནི་ལྷུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་སྟུན་དག་སྦྱ་བ་སྦྱ་  
མ་རྒྱ་ཞེས་པས་འདི་རྒྱད་དུ་བརྗོད་པ་དག་དང་གཏམ་ཞེས་པ་ལྷུག་པ་དེ་ཡི་  
རབ་དབྱེ་བ་གཉིས་སྟུ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་འདྲེན་པ་རང་ཉིད་གྱིས་ནི། རང་གི་  
སྦྱོད་པ་དང་ཡོན་ཏན་བསྐྱག་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་བརྗོད་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་འདོད། ལོ་ཞེས་པ་མ་རངས་པའི་ཆོག་གོ། །གཞན་གཏམ་ནི་འདྲེན་པ་

གཞན་ལ་བསྐྱགས་པ་ལམ་བསྐྱགས་པ་མིན་པ་གཏམ་ལལ་བ་གཞན་གྱིས་  
 གྲང་རུང་སྟེ་མདོར་ན་རང་མིན་པ་གཞན་ཞིག་གི་རང་ཚུལ་བརྗོད་པའོ། །དེ་  
 ལ་རི་རྒྱན་དུ། རང་གིས་རང་ལ་བརྗོད་པ་ནི། །བརྒྱ་བྱིན་ཡིན་ཡང་མཛེས་པ་  
 མིན། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་གི་ཡོན་ཏན་རང་གིས་བསྐྱགས་པའི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་  
 རམ་ཞེན། དགོས་པ་ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར། རང་གི་སྒྲིན་པ་དང་ཡོན་ཏན་  
 ཡོད་པ་རི་ལྟ་བུར་བསྟན་པ་ནི། རྒྱུ་མེད་ཅིང་ཡང་དག་པར་བདེན་པའི་དོན་  
 ཅན་གྱི་བསྐྱགས་པ་ཡིན་ཕྱིར་སྒྲིན་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་མ་དེས་  
 པ་བརྗོད་པ། འོན་ཀྱང་རྣམ་གཞག་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དེས་པ་མ་མཐོང་སྟེ་འདྲེན་པས་  
 རང་གི་ཡོན་ཏན་རི་ལྟར་བརྗོད་པའི་རག་དེ་ལྟ་བུ་སྐབས་དེར་ཡང་འདྲེན་པ་  
 རང་ཉིད་ལས་གཞན་གྱིས་གྲང་བརྗོད་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར། གཞན་གྱིས་བརྗོད་  
 པ་གཏམ་དང་། རང་གིས་བརྗོད་པ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་འདྲ་བའི་བྱད་  
 པར་རམ་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དེ། རག་གི་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་རང་གཞན་སྤྱི་གྲང་བརྗོད་དུ་རུང་བ་ལ་བྱད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་  
 ཏེ་སྒྲོ་ཞེས་པ་ཐོག་མར་འདྲེན་པ་རང་ཉིད་གྱིས་བརྗོད་པ་དང་། གཞན་སྒྲོ་ཞེས་  
 པ་གཞན་གྱིས་དེ་ལ་ལན་དུ་དོན་འདྲི་བ་སོགས་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུགས་  
 མཚམས་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་བརྗོད་པའི་ཐ་དད་པ་ཡི་རྟགས་  
 ཡིན་ཏེ། གཏམ་ལ་ནི་གཞན་སྒྲོ་ཁོན་ས་བརྗོད་དགོས་པས་དེ་མེད་དོ་སྟུམ་ན།  
 རང་གི་བསྐྱགས་པ་བརྗོད་པའི་ཞར་ལ་བྱུང་བའམ་ཞར་གྱི་གཏམ་རྣམས་དག་

ལ་ཡང་། དེ་ལྟར་ན་འཕགས་མ་སྟེ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལ་སོགས་པར། རྟོན་  
པས་གསུངས་པ་དག་དང་པོའི་སྒྲི་ཞེས་དང་། རབ་འབྱོར་སོགས་འཁོར་གྱིས་  
དྲིས་པ་གཞན་སྒྲོ་དག་ཅིས་མི་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟར་ཞུགས་པ་ལ་དབུགས་མཚམས་  
ནི་ཤུགས་ཀྱིས་གྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་ལས་སྒྲི་ཞེས་གཞན་ཅུ་མ་རྟེན་པ་དང་། སོགས་  
ཁོངས་ནས་དུས་བྱེད་སྟེ་མ་ཚོགས་པ་དང་། དལ་གསོ་བ་སོགས་སམ། ཨ་  
ཤུ་སའི་ཞེས་པ་དབུགས་མཚམས་ཏེ། ཐོག་མར་རང་གིས་བརྗོད་པ་དང་།  
དེ་ཕན་ཆད་གཞན་གྱིས་གཏམ་དུ་བྱས་པའི་དབུགས་མཚམས་ཐ་དད་པའི་  
དབྱེ་བ་ཙམ་བརྗོད་པ་འགའ་ལ་མཐོང་དུ་ཆུག་ཀྱང་། དེ་ལས་དེ་གཉིས་དབྱེ་  
བ་ཐ་དད་དུ་ཅི་ལ་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་གཏམ་ལའང་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །འདིར་  
དཔེར་ན་ཁྱབ་འཇུག་གིས་བདག་མིའུ་ཐུང་དུ་བྱས་ཏེ་གོམ་པ་གསུམ་གྱི་ས་  
བསྐང་བའི་སྒྲུ་ཐབས་ཀྱིས་ས་ཐོག་ནས་ལྷ་མིན་སྟོབས་ལྷན་ས་ཡི་འོག་ཏུ་  
བཅིངས་པར་བྱས་སོ། །

ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་རང་མིང་གིས་བསྟན་ནས་བརྗོད་དགོས་པས་སྒྲོ་ཞེས་དང་། དེ་  
གཞན་གྱིས་བརྗོད་ཆེ་ཁྱབ་འཇུག་མིའུ་ཐུང་དུ་བྱས་ཏེ་སོགས་གཞན་གྱི་མིང་  
གི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་དགོས་པའི་གཞན་སྒྲོ་ཞེས་པ་ཡིན་པ་ལྷ་བྱར་གོ་བར་བྱའོ། །  
དེ་བྱིར་གཏམ་དང་བརྗོད་པ་ཞེས་མིང་གཉིས་པོ་དག་གིས་རིགས་གཅིག་མཚོན་  
པ་ལ་ཁྱད་མེད་དེ། རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་དང་། རང་གི་ཡོན་ཏན་གཏམ་  
དུ་བྱས་པ་འདྲ་ལ། དེ་བཞིན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེ་གཉིས་འདྲའོ། །ལྷག་མ་

ཞེས་པ་ལྷག་པའི་དབྱེ་བ་གཞན་བརྗོད་པའི་རིགས་རྣམས་ཀྱང་བཀག་པ་འདི་  
 ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ཀྱང་དེ་དག་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་  
 བར་བསྒྲུབ་མི་རུས་སོ། །གང་གི་བྱིར་བུ་མོ་ཐོག་པ་དང་། གཡུལ་འབྱེད་  
 བ་དང་ནི། རུས་བཏབ་སྟེ་མ་ཚོགས་པས་བསྒྲུབ་དང་ནི། འདྲེན་བ་དར་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་ཚུལ་དེ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་པ་ཅིངས་པ་ཡི་སྒྲན་དངགས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་དག་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་  
 གྱི་བྱུང་བར་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་མིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་བུ་མོ་  
 ཐོག་པ་དང་། གཡུལ་འབྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་སྒྲན་དག་ཏུ་བྱས་པ་བརྗོད་  
 བ་དང་། གཞན་ཞིག་གིས་བུ་མོ་ཐོག་པ་དང་གཡུལ་འབྱེད་པ་སོགས་དེ་  
 ལས་གཞན་བ་དག་གིས་སྒྲན་དག་ཏུ་བརྩམ་པའི་གཏམ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པས་  
 སོ། །ཀལ་ཏེ་སྒྲན་དག་མཁན་གྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྱུར་བ་དང་། གཞན་གྱི་  
 སྒྱུར་བ་མི་ནོར་པའི་དག་སྒྱུར་བ་ནང་གི་བསམ་པས་བྱས་པའི་རྟགས་ལས་  
 བརྗོད་པ་དང་གཏམ་གང་ཡིན་པ་གཞན་དང་གཞན་དུ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་  
 རམ་ཟེར་ན། དེ་ལྟ་བུའི་དག་གི་སྒྲོ་ནས་གཞན་དུ་རྟོགས་པར་རུས་མོད་ཀྱི།  
 དེ་ལྟར་ན་ཡང་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་ཐ་དད་པའི་སྒྲོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཚིག་  
 འདི་རང་རམ་གཞན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་གཤམ་པར་བྱེད་པའི་འདོད་དོན་འགྲུབ་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་ཡན་ལག་གམ་སྒྲོ་བུ་ནི། དག་སྒྲོར་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་དག་སྒྱུར་བ་དེ་ནི་བུ་མོ་སོགས་ཐོག་པའི་བྱེད་པོ་རང་

ཉིད་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་ཚིག་དང་། དེ་ལས་གཞན་དག་གིས་སྒྲུབ་པའི་ཚིག་གང་  
ཡིན་ཏེ་གས་པར་བྱས་ཀྱི། བརྗོད་པ་དང་གཏམ་གྱི་བྱད་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་  
དུ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འབྲེན་པ་རང་ཉིད་གྱི་ཡོན་ཏན་རང་གིས་བསྐྱབས་  
པ་དང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་  
འོར་བུ་དང་སྒྲན་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་བརྗོད་པའི་ཚིག་རྣམས་ལ་འདྲ་སྒྲུབ་  
པོ་སྒྲུ་ཡིས་བརྗོད་པ་ཡིན་པ་བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་སོ། །

འཆད་ཚུལ་འདི་གངས་ཅན་འདི་ན་བདག་གཅིག་སྤྱི་བོས་བཀོད་པ་སྟེ། རྒྱ་  
འབྲེལ་རྣམས་སྒྲོ་ཞེས་པ་ཁ་སྒྲུའི་ནང་ཚན་ཁ་སྒྲོ་པ་ན་པ་སོགས་དང་། གཞན་  
སྒྲོ་བྱེད་མཉམ་གྱི་ནང་ཚན་པ་ར་མ་གྲོ་ཞེས་གཞན་སྒྲོའི་སྟེབ་སྒྱུར་དང་། དབུགས་  
མཚམས་ལེའུའི་མཚམས་སམ། སྟེབ་སྒྱུར་གྱི་རལ་བཅའི་དབུགས་མཚམས་  
འདུག་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་གང་ལ་ཡོད་པ་བརྗོད་པ། མེད་པ་གཏམ་ཞེས་བྱ་མ་  
ཏས་ཟེར་བར་བྱས་ནས་དགག་པ་བརྗོད་པ་འདུག་ཀྱང་འདི་ལ་དོན་གོ་རྒྱུ་ཅི་  
ཡང་མི་སྣང་སྟེ། བྱ་མ་ཏ་དེ་གཞུང་ཚོམ་བུས་པ་དཔྲལ་བྱོགས་སྟེར་བྱས་པ་  
ཞིག་ཡིན་པས། དེས་ལྷག་པའི་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་གཉིས་ཀར་ཁ་སྒྲོ་སོགས་  
ཀྱི་སྟེབ་སྒྱུར་འདུག་ཏུ་མེད་པ་ཅིས་མི་ཤེས་ཏེ་སྟེབ་སྒྱུར་ནི་ཚིགས་བཅད་ལ་  
འདུག་པ་ཡིན་པས་སོ། །དེར་མ་ཟད་ཁ་སྒྲོ་སོགས་ཀྱི་སྟེབ་སྒྱུར་འདུག་མི་  
འདུག་གི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་པ་དང་གཏམ་གྱི་བྱད་འབྲེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅིའང་  
མེད་པས་སྒྲུབ་བྱེད་འབྲེལ་མེད་འདི་འདྲ་གཏན་ནས་འགོད་དོན་མེད་འདྲ་ལ།



དེ་བཞིན་ལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱུང་བར་ཡང་ཅི་ཡིན་ཡང་གོ་རྒྱུ་མི་སྤང་ངོ་། །སྒྲུབ་  
 འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རིལ་མཚོ་ལས་ཁ་སྒྲོ་སྒྲུབ་པ་ཤད་ཚུལ་སྤར་  
 ལྟར་ལ། ཞར་གྱི་གཏམ་ཞེས་སྒྲུབ་ཏུ་བྱོན་གྱིས་བརྗོད་པའི་བསྒྲུབ་བཅས་སྒྲུ་  
 འདོད་པ་གི་རྟ་ཉེ་མོན་པར་གྲགས་པ་ལྷག་པའི་སྒྲུབ་དག་གི་བསྒྲུབ་བཅས་  
 འདི་ལ་ཞར་གྱིས་བྱུང་བའི་ཆོག་མཚན་བཅད་དག་ལ་ཁ་སྒྲོ་དང་གཞན་སྒྲོ་དབྱུགས་  
 མཚམས་སྒྲུ་མཛོད་པ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། བྱོན་རང་གི་གཏམ་གྱི་སྒྲུར་པའི་སྒྲུབ་དག་  
 གི་གཞུང་དུ་འདོད་པ་ལ་སྒྲིག་གཏེ་ཉེ་མོ། དཔལ་མོ་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྷག་  
 པའི་སྒྲུབ་དག་གི་གཞུང་འདི་ལའང་། ཞར་གྱིས་བྱུང་བའི་གཏམ་ནམས་ཀྱི་  
 ཆོག་མཚན་བཅད་ལ་རྟ་ཉེ་འཕགས་མ་དང་རྗེས་བསྒྲུགས་ཀྱི་སྤེལ་སྒྲུར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
 དངོས་སྒྲུ་མཛོད་པ་བཞིན། སྒྲོ་དང་གཞན་སྒྲོ་དབྱུགས་མཚམས་སྒྲུབ་འདུག་  
 ཏུ་ཅིས་མི་རུང་ཞེས་རྟུ་ཕྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ན་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡོད་སྟེ། དེའི་  
 རྗེས་སྒྲུ་འབྲངས་ནས་དེ་ལྟར་བཤད་ཅིང་། ཡང་ན་ཨ་ཤ་ས་ཞེས་པ་ཡིད་བརྟན་  
 ལྟར་བར་བསྒྲུར་ན་སྒྲོས་གར་གྱི་མཚན་ཉིད་སྒྲོ་ཉེ་སྒྲུ་བ་དང་། གཞན་སྒྲོ་ལན་  
 འདེབས་པ་ཡིད་བརྟན་ལྟར་བ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་གསུམ་དུ་བཀྲལ་བའང་སྤང་  
 ཉེ། དེ་ནམས་གང་ལྟར་ཡང་ཆོག་ཙམ་རྗེས་སྒྲོས་བྱ་རུང་གི་དོན་འདི་ཡིན་གོ་  
 རྒྱུ་མི་འདུག་པས་དེ་ཞིག་གོང་ལྟར་བཀྲལ་བ་ཡིན་ལ། སྤང་འདི་ལས་ལེགས་  
 པའི་གོ་བ་གཏོང་ཚུགས་བསྐྱེད་ཅུས་འབྱུང་བྱིན་ན་དེ་ལྟར་བཤད་འཚལ་ལོ། །  
 གསུམ་པ་སྤེལ་མ་ནི་སྟེང་རིགས་འདྲེས་པའི་སྒྲོས་གར་གྱི་གཞུང་ལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་

པ་སྟེ་དེ་རྣམས་ནི་རྩ་ར་ཏ་དང་བོ་ཏ་ལ་སོགས་པ་གཞུང་གཞན་ན་རྒྱས་པར་  
ཡོད་ལ། དེ་འདྲ་བའི་ལྷག་པ་དང་ཚིགས་བཅད་གཉིས་ཀའི་རང་བཞིན་ཅན་  
དེ་ལ་ཡང་ཅ་སྟེ་ཞེས་པ་མངོན་པར་བརྟེན་དོ། །འདི་ལ་བཅད་ལྷག་སྟེ་ལ་མ་  
ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པ་མང་བའི་བར་བར་བཅད་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ཅམ་བྱ་ཟེར་ཏེ་  
དཔའ་བོའི་སྟེས་རབས་སོ་བཞི་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་ཀྱང་བཤད། ཁ་ཅིག་ཚིགས་  
བཅད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སྟེ་བསྟོར་རྣམས་ཚུལ་བཞིན་བསྒྲིགས་པ་དག་གཙོད་  
མཚམས་མི་མངོན་པར་དག་རྒྱན་གཅིག་གི་ལྷག་པར་བརྟེན་པ་དེ་ཁྲི་ཀ་ཞེས་  
དབུག་པ་ལྟར་དབུས་གཅིག་ཏུ་རྒྱན་ཆགས་པའི་དག་དེ་ལ་ཅམ་བྱ་ཞེས་སྟེ་  
བཤད་དེ། རྩས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བསྟོད་པ་རྒྱན་ཆགས་པ་རྟེན་ཏེ་ལེགས་པའི་  
གྲགས་པས་མཛད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་  
ནའང་དེ་ནི་ལྷག་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཡིན་པས་ལུས་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་ལྷག་  
པར་གཏོགས་སོ། །

གཉིས་པ་རྟན་དག་གི་ལུས་དེ་ཉིད་རྟན་གང་ལ་བརྟེན་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། དག་  
གི་རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་སྦྲི་ཏ་སྟེ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་རྟན་དུ་བརྩམས་པ་དང་།  
དེ་བཞིན་བྲ་གྱི་ཏ་རང་བཞིན་གྱི་རྟན་དང་། ཨ་བ་རྩི་བ་ཞེས་ཟུར་ཆག་གི་  
རྟན་དང་། དེ་རྣམས་འདྲེས་མ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་བཞི་རྩ་རྟན་དག་ལ་མཁུངས་  
པས་གསུངས་པ། དེ་ལས་ལེགས་སྦྱར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་ཡིན་ནི་རྟན་ཉིད་དུ་སྟོན་  
གྱི་བྲང་སྟོང་ཆེན་པོས་གསུངས་སོ། །ཅུ་བ་ལེགས་སྦྱར་དེ་ལས་སྦྱིས་ཤིང་རྣམ་

པ་དེ་དང་མཚུངས་ལ་རྩུང་ཟུང་ཟུང་མི་འདྲ་བ་གང་ཞིག །ཡུལ་ཅན་ཞེས་ཡུལ་  
 ཆེན་པོའི་དག་ཏུ་གྱུར་བ། ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་གཅིག་ལ་ཡུལ་སོ་སོའི་སྐད་  
 གྱི་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་རྩུང་ཟུང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་ནི། བྲ་གྱི་ཏུའམ་རང་  
 བཞིན་གྱི་སྐད་ཅེས་བྲ་བ་དག་གི་རིམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཡུལ་འཁོར་ཆེན་  
 པོ་ཡུལ་དབུས་མ་ག་རྩལ་བ་ཏེན་པའི་སྐད་ནི་ལྟའི་སྐད་དང་གིན་ཏུ་ཉེ་བས་  
 ལེགས་བརྗོད་དམ་ལེགས་བཤད་རིན་ཆེན་དག་གི་འབྱུང་གནས་གྱི་རྒྱ་མཚོ་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །སེ་ཏུས་བཅིངས་ཞེས་པ། སེ་ཏུ་ནི་འཆིང་བྱེད་དེ་ལེའུ་དང་  
 ཟམ་པ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་ལས། སྐབས་འདིར་སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་ལེའུས་  
 བཅིངས་པ་སོགས་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡི་དག་ཚོས་བྱས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ཞེས་སོ། །སོགས་ཁོངས་ནས་ལེའུ་མེད་ཀྱང་དག་མང་པོ་ཡོད་པ་གོ་དགོས་  
 འདྲ། ཡང་ན། རྒྱལ་པོ་རྩལ་ཁས་ཤིན་ཡུལ་དུ་དམག་བྱངས་ནས། རྒྱ་མཚོ་  
 ལ་སེ་ཏུ་རྩྭ་རྩྭ་སྟེ་ཟམ་པ་བཅུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟན་དག་ཏུ་གྱུར་བའི་བརྟན་  
 བཅོས་ཡོད་པ་དེ་ལ་སེ་ཏུས་བཅིངས་པ་ཞེས་བྲ་ལ། དེ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུབ་  
 དག་པལ་མོ་ཆེའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་བ་གང་ཞིག །ཡུལ་མ་ག་རྩལ་པའི་སྐད་  
 གྱིས་བརྩམས་པ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པར་རིག་པའམ་  
 ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བཤད་པ་འདི་ལེགས་པར་མངོན་ནོ། །དེར་མ་ཟད་སྟེ་  
 ར་སེ་ན། ལྟའི་སྟེ་ཞེས་པ་རྒྱ་གར་ལྟོ་ཕྱོགས་པའི་སྐད་དང་། ཤར་ཕྱོགས་གོ་  
 རྒྱ་དང་། ལུབ་ཕྱོགས་ལྟ་རྒྱ་དང་། བྱང་བརྩལ་ལྟ་ལེན་ཞེས་པ་དང་། གཞན་

ཡང་དེ་འདྲ་ཡུལ་ཀུན་ལ་སོགས་པ་ཡི་རྒྱད་ནི་ཡུལ་དབུས་ཀྱི་རྒྱད་དང་ཉེ་བས་  
 རང་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའི་མིང་ངམ་ཐ་སྟོད་ལ་ཉེ་བར་འབྱུང་ཏེ་ཞེས་དེའི་ཁོངས་  
 གྲུབ་སྟུང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་བ་ལང་རྩི་ཞེས་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་ཚིག་རྣམས་ནི། སྟན་ངག་གི་ལུགས་ལ་ཟུར་ཆག་པའི་རྒྱད་ཅེས་སྟུགས་  
 མོ། །དེ་ཡང་ཐོན་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཐུན་ཞིག་ཏུ་བྱུང་འཇུག་གིས་བ་ལང་སྟུང་  
 པའི་རྩི་པོར་བྱས། ཆར་ཆེན་པོ་བབ་པའི་ཆེ་ལོ་བོ་བཏེག་ནས་བ་ལང་གི་བྱ་  
 རྣམས་བསྐྱངས་པར་བྱས་པས་བྱུང་འཇུག་ལ་གོ་བོ་བྱ་སྟེ་བ་ལང་རྩི་ཞེས་གྲགས།  
 ད་ལྟ་ཡང་ཡུལ་ཕྱོགས་དེར་བ་ལང་མང་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །སྒྲའི་  
 བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་ལེགས་སྒྱུར་ཉིད་ལས། གཞན་པ་དེ་དང་ཉེ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཟུར་ཆག་ཉིད་ཏུ་བརྟེན་དེ་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྒྲ་ཡི་ཟུར་ཉམས་པའམ་ཆག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱད་དེ་དག་གིས་བཅིངས་པའི་སྟན་ངག་གི་གཞུང་གང་དང་  
 གང་ཡིན་ཞེན། ལེགས་སྒྱུར་གྱི་རྒྱད་ཏུ་བརྩམས་པའི་གཞུང་ནི་སྐད་སྐད་བཅིངས་  
 པ་ལ་སོགས་མང་ཏུ་ཅི་རིགས་ཡོད་དེ། སྟོབ་དཔོན་དཔལ་པོའི་སྟན་ངག་སྒྱེས་  
 རབས་སོ་བཞི་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །རང་བཞིན་གྱི་རྒྱད་ཏུ་བརྩམས་པ།  
 རབ་མཚོག་སྟེས་བྱས་པའི་སྟན་ངག་རྒྱུ་ཀ་དང་། ག་ཐུ་ལ་སོགས་པའོ། །  
 ཟུར་ཆག་གི་རྒྱད་ལས་བརྩམས་པ། སྟན་ངག་ཨོ་པ་དང་། ས་ག་ལ་སོགས་  
 ཏེ་སྟོས་གར་རྟ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྒྱད་ཐམས་ཅད་འདྲེས་པའོ། །གང་མ་  
 རྒྱན་སོགས་པལ་ཆེར་རྒྱད་བཞི་པོ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་དང་། གཙོ་

ཆེར་ལེགས་སྒྱུར་གྱིས་ཀྱང་བཅིངས་པ་སྟེ། གཞན་ཡང་མད་རྩ་བྱུང་བའི་དོན་  
ཙན་ནམ་གཏམ་རྒྱུད་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། འབྱུང་པའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
འབའ་ཞིག་རྩ་བརྩམས་པ་ཡིན་པར་བརྟེན་དོ། །འབྱུང་པའི་སྐད་ལ་ག་ཟེའི་  
སྐད་ཀྱང་ཟེར་རོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུབ་དག་གི་ཉམས་སམ་རྒྱན་བཤད་པ་ལ། ཆོག་གི་རྒྱན་རྩ་བྱུར་  
ཞིང་སྒྲུབ་པའི་དག་གི་རང་བཞིན་དང་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་བརྩ་མདོར་བསྒྲུབ་  
པ་དང་། དེའི་དོན་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ་དང་། མཇུག་དོན་བསྒྲུབ་དང་གསུམ།  
དང་པོ་ལ་སྒྱུར་དབྱེ་སྟོན་རྩ་མ་ཡོད་ཚུལ་དང་། བྱེ་བྲག་ཡོན་ཏན་བརྩ་བསྒྲུབ་པ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ། སྒྲུབ་དག་གི་ཉམས་འདི་ལ་ལྟས་ཀྱི་སྒྲེག་པ་དང་།  
ནམ་འབྱུར་གྱི་རོལ་བ་དང་། སྒྲངས་སྒྲུབས་དང་ལྟ་སྒྲངས་ལ་སོགས་པ་གཙོ་  
ཆེར་བརྟེན་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་དག་ཡིད་རྩ་འོར་བ་སྒྲོས་གར་བརྟེན་  
པ་ལྟ་བུ་ནི་མཉན་པ་ལས་ཀྱང་མིག་གིས་བལྟ་བར་བྱ་བའི་སྟོང་ཡུལ་བསྒྲུབ་  
པ་ཡིན་པས་ལྟ་བའི་དོན་ཙན་གྱི་སྒྲུབ་དག་དང་། དེ་ལ་གཅིག་ཤོས་བལྟ་བུའི་  
དོན་མ་ཡིན་པ་གཙོ་ཆེར་བརྟེན་པ་ནི་མཉན་པར་བྱ་བ་དག་གི་དོན་ཙན་གྱི་སྒྲུབ་  
དག་ཉིད་ཅེས་པ་འདི་ཡང་སྒྲུབ་དག་གི་དབྱེ་བ་ལྟགས་གཉིས་དག་རྩ་མཐས་  
པ་སྒྲུལ་དག་གིས་བརྟེན་དོ། །འདི་སྒྲུབ་དག་གི་རྒྱན་ལ་སྒྱུར་བ་མི་འཐད་པས་  
ལྟས་ཀྱི་དབྱེ་བར་འདོད་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་ཡོད་ཀྱང་ལྟས་བཅད་ལྷག་སྟེལ་  
མའི་དབྱེ་བར་བགྲང་མི་འོས་པས་བརྟེན་པའི་ཉམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཉམས་གཉིས་སུ་བཤད་པ་དེས་མཚོན་ནས་སྟན་པ་དེ་ལ་ཕན་ཚུན་སོ་སོའི་  
འདོད་ཚུལ་གྱི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་ཕྱ་མོ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཚིག་གི་ལམ་ནི་དུ་མ་ཞིག་  
ཡོད་ཀྱང་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་སྟན་པ་གྱུར་ཚུལ་དེ་ལ་སྐབས་འདིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲུང་  
གནས་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་བའི་དརླ་དང་ནི། ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཏེ་པ་ཡི་འདོད་པའི་  
བྱུང་བར་གསལ་བར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་དེ་དག་ཏུ་སྟན་པ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་གྱི་དབྱེ་  
བ་དུ་མའི་འདོད་ཚུལ་རྣམས་འདུ་བར་འགྱུར་བས་སོ། །དེ་ཡང་སྐུར་བ་དང་།  
རབ་དུངས་དང་། མཉམ་ཉིད་དང་། སྟན་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་།  
དོན་གསལ་བ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་སྟོན་པ་དང་། བརྗོད་པ་དང་།  
མཛེས་ལྡན་དང་། ཉིང་ངེ་འཛོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉེ་ཡོན་ཏན་རྣམས་པ་འདི་བཅུ་པོ་  
ལྷོ་ཕྱོགས་བའི་དརླའི་སྟན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་། ལྷོ་  
བའི་འདོད་པ་འདི་དག་རྣམས་པ་ལ་ཆེར་བསྐྱོག་པའི་ཚུལ་དུ་བསྟན་པས་ནི།  
ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཏེ་པ་ལམ་དག་མཚོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་གྱི་གོ་ཤིང་དང་མཚུངས་པར་རྣམ་གྲངས་བཅུ་ལས།  
དང་པོ་སྐུར་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་དོ་བོ་ངོས་བཟུང་། དཔེ་བརྗོད་གྱིས་སོ་སོའི་ལམ་  
གསལ་བ་སོགས་འོག་མ་རྣམས་སུ་ཅི་ཤིག་གསུངས་པར་བྱ་སྟེ། འདིར་ས་བཅད་  
མང་པོ་མི་བྱེད་པར་དཀྱུས་ལྡར་བཤད་ན་འཇུག་པ་བདེ་བས་དེ་ལྟར་བྱས་སོ། །  
སྐུར་བ་ཞེས་པ་སྐུར་སྟོན་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཤས་ཆེ་བས་སྐྱ་གྱི་མ་པར་གྱུར་ཀྱང་ལྟོད་

བས་མ་རྒྱལ་པའོ། །དེ་ལ་འཇམ་རྩུབ་བམ་དམ་སྟོང་གི་དོན་ནི། གསལ་  
 བྱེད་གྱི་སྟེ་པ་ལྟའི་ཡི་གེ་དང་པོ། ཀ་ཙ་ཏ་ཏ་པ་ནམས་དང་། གསུམ་པ། ག་  
 ར་ཏ་ད་པ་ནམས་དང་། ལྟ་པ། ང་ཉ་ཏ་ན་མ་ལྟ་དང་། མཐར་གནས་ཡ་ར་  
 ལ་མ་སྟེ་བཅུ་དགུ་པོ་འདི་ལ་སྒྲུབ་འཇམ་པ་དང་ཡང་བ་དང་སྟོག་རྩུང་དང་སྟོང་  
 པ་དང་མཉམ་པ་དང་ཡི་གེའི་མཚོག་ཅིས་བྱ། འདི་ནམས་བརྟེན་པའི་ཚེ་ཁ་  
 ཡི་རྩུང་བྱགས་རྩུང་བའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བརྟེན་པའོ། །དེའི་ལྟག་མ་ཁ་སྟོགས་  
 ལྟ་དང་སྟེ་སྟོགས་ལྟ་དང་གཤམ་ཏ་ལྟ་སྟེ་བཙུ་མི་གོང་མས་བརྟོག་སྟེ་སྒྲུབ་  
 རྩུབ་པ་དང་ཕྱི་བ་དང་སྟོག་ཆེན་དང་དམ་པ་དང་ཕྱོང་བ་དང་ཡི་གེ་དམན་པ་  
 ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྒྲུབས་འདིར་སྟོག་རྩུང་ཡི་གེ་མང་བའི་སྟོང་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ལྟ་ལ་དྲི་ལྟ་ལྟ། ལོ་ལྟ་ལི་ཀ་ལི་ལྟ། ཞེས་པ་ལྟ་  
 ལྟར་འདོད་དོ། །འདི་བོད་སྐད་དུ། རྩ་ཏིའི་མེ་ཏོག་སྟངས་པ་སྟངས་པའི་ལྟར་བ་  
 འཁོར་བ། ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ལྟ་ལ་དྲི་རྩ་ཏིའི་མེ་ཏོག་གི་མིང་། ལྟ་ལ་སྟངས་  
 བ། ལོ་ལྟ། སྟངས་པ། ལ་ལི་ཀ། ལྟར་བ། ལི་ལྟ། འཁོར་བ་ཞེས་སོ། །དཔེ་  
 བརྟེན་འདིའི་དོན་གོ་བར་བྱ་རྒྱ་སྟོག་རྩུང་གི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་དེའོ། །  
 གོ་ཏ་པ་ཡིས་རྩེས་ཁྲིད་འདོད་པའི་གྲོས། བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་བརྟེན་དེ་  
 ལྟ་བུ་འདོད་དེ་ལ་ཡིག་རྩེས་སྟེ་ཁྲིད་པའོ། །ལྟ་ལ་དྲི་དུ་མ་ལི་གྲི་ཏི་གྲུ་མ་རེ་  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བའི་དུ་མ་ཡིས་སྟོར་བ་ཕྱི་བ་འདྲེ་བར་བྱེད་ཀྱི། ཡང་བ་འབའ་ཞིག་  
 ཏུ་མི་བྱེད་དོ། །འདིར་ཡང་ལྟ་ལ་དྲི་རྩ་ཏིའི་མེ་ཏོག་ དུ་མ། སྟངས་པ། ལི་གྲི་ཏི།

འཁོར་བ། ལྷ་མ་རེ་ ལུང་བ་རྣམས་ཞེས་སོ། །དཔེ་བཟོད་ཀྱི་དོན་ཡི་གེ་འཇམ་  
བ་རྩུང་མང་ཡང་རྩུབ་བའམ་ལྷི་བ་དེ་ལས་ཉུང་ཙམ་བསྐྱེས་པའོ། །འོན་ཀྱང་  
དུ་སློག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་གས་ཆེ་བར་བཤད་པ་དང་དཔེ་བཟོད་མི་མཐུན་ནོ་སྣམ་  
ན། སློག་རྩུང་ལ་ཡང་དབྱངས་གིན་ཏུ་རིང་བ་དང་ར་རོ་རྣམ་བཅད་ལྟན་པ་རྣམས་  
སློག་ཆེན་འདྲ་ལ། དངོས་སུ་སློག་ཆེན་གཉིས་བསྐྱེས་པས་ལྷོད་པས་མ་རེག་  
པའོ། །སློག་ཆེན་བསྐྱེས་ལའང་རྩུང་ཟད་བསྐྱེས་བ་དང་། མང་ཙམ་བསྐྱེས་ཀྱང་  
ཐམས་ཅད་སློག་ཆེན་རྩུབ་པར་མ་བྱས་པ་གཉིས་ལས་འདི་སྡེ་མའོ། །

གཉིས་པ་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པ་ནི། བཟོད་བྱ་ཟོད་བྱེད་གཉིས་  
ཀ་འཛིག་ཉེན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དོན་ཅན་གཙོ་བོར་སྦྱར་བས་གོ་སྡེ་  
བ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པའོ། །དེ་དཔེར་ན་རྩེ་བའི་དབྱིལ་འཁོར་གྱི་  
ནང་གི་མཚན་མ་རེ་བོང་ཅན་གྱི་གཟུགས་དེ་ནི་མདོག་སྡེ་བའི་ཡུལ་གྱི་འོད་  
གིས་མཛེས་པ་རྒྱས་ཞེས་པ། འདི་འདྲ་དོན་བདེ་སླག་ཏུ་ཉོགས་པའི་སྐལ་  
བཟང་དང་ལྟན་པའི་ཆོག་ཡིན་པས། བེ་དར་ལྷའི་ལུགས་ལ་འདི་ལྟ་བུ་འདོད་  
དོ། །ཤམ་ཉུང་བཤམ་སྦྱར་དེ་ལ་རེས་ཆོག་གིས་བཤད་དུ་རུང་བ་ཙམ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར་ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཏེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྡེ་བོ་ཀུན་ལ་གིན་ཏུ་གྲགས་པ་  
ཞེས་མིན་ཡང་སྐབས་འདིའི་རྒྱུ་དུ་འདོད་དེ། དཔེར་ན། གིན་ཏུ་དཀར་  
མིན་ཅུ་ལས་སྐྱེས། །དེ་འདྲས་མཚོན་པ་འོད་དཀར་ཅན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
འདིའི་རྒྱ་དཔེའི་སྟེང་ན་དཀར་མིན་སོགས་ཀྱི་སྐད་དོད་དོན་གྱིས་དབྱང་ན་



དཀར་མིན་སྟགས་ལ་འབྲུག་ཙམ་ལས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་མིན་པས་གོ་དཀར་  
བཀའ་ཚིག་ལྟ་བུར་ཡོད་པས་རྟོགས་དཀར་བའོ། །འོད་སྐད་དུ་དེ་ཙམ་རྟོགས་  
དཀར་བ་མེད་ཀྱང་དཀར་མིན་རྩ་ལས་སྐྱེས་པ་ཞེས་ལྟུང་ལ་སྟོན་པོ་དངོས་སུ་  
གསལ་པོར་མ་བརྟོད་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། དག་གི་སྦྱོར་བ་དེ་ཡི་གེ་འཇམ་  
རྩལ་གསལ་ཆེ་རྒྱུད་གི་མི་མཉམ་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས། དག་དེ་ནི་འཇམ་  
རྩལ་བར་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི་ཆོགས་བཅད་གང་ལ་འཇམ་རྩལ་གང་  
རུང་གི་སྦྱོགས་སུ་མ་ལྟར་བའི་བར་མ་ཡི་ཡི་གེ་བཀོད་པའི་སྟེ་གནས་ཅན་ནོ། །  
དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དཔེར་བརྟོད་པ། ཀོ་གི་ལུ་ལུ་བ་བུ་ཙུ་ལོ། ལུ་མེ་ཉི་མ་ལ་  
ཡུ་ནི་ལ། ལྷ་རྩལ་གྱི་ ཀ་རྩལ་གྱི་ བེ་རྩལ་གྱི་རྩལ་གྱི་ཉེ་ ཞེས་པའི་ཆོགས་  
བཅད་འདིའི་སྟེད་སྟེ་མ་འཇམ། སྟེད་སྟེ་མ་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་གསལ་ཆེ་བ་འདི་  
སྟོ་པས་འདོད་པའོ། །ཞེས་ཁ་ཅིག་གིས་བཤད། ཁ་ཅིག་འདི་དང་ཆོགས་  
བཅད་སྟེ་མ་གཉིས་ཀ་ཤར་བའི་འདོད་པའི་དཔེ་བརྟོད་ཡིན་ཞིང་། ལྟོ་པས་  
ནི་འཇམ་ན་འཇམ་མཉམ། རྩལ་ན་རྩལ་མཉམ། བསྐྱེས་ན་བར་མར་མཉམ་  
པ་ཞིག་འདོད་ཟེར་ཡང་། གོང་གི་གཞུང་དོན་དང་འགལ་བས་ཡི་གེ་འཇམ་  
རྩལ་ཆ་མཉམ་པ་ཞིག་ལ་འདོད་དགོས་སོ། །གོང་གི་ཆོགས་བཅད་དེ་བོད་  
སྐད་དུ། སྟེ་བྱུག་ཅུ་སྟོག་བྱེད་ཅིང་། མ་ལ་ཡ་རྒྱུད་བདག་ལ་འོང་། ཉར་  
མ་རབ་འཐོར་དུང་ཞིང་དུང་། རྩལ་རྩལ་གྱིས་བྲན་པ། ཞེས་སྟེ་བྱུག་ཅུ་

ཅའི་སྒྲུབ་པ་དང་། མ་ལ་ཡའི་རྒྱུད་བདག་གི་ཕྱོགས་ལ་འོང་བ་དང་། སྤྱིན་  
ལས་ཉར་མ་སྟེ་ཆུའི་ཟེགས་མ་འཕྱར་ཞིང་། དྲུང་ཞིང་དྲུང་བའི་ཆུ་རྒྱུན་ལ་རྒྱུད་  
གིས་གཙུབ་བའི་ཆུ་ཐིགས་ཀྱིས་བྲན་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོ། །  
ཡང་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་པ་ནི། ཅན་ཅན་པུའུ་ལྷོ་རྒྱ་རྒྱུ། མནོ་མ་ལ་ཡ་མ་རུ་ཏེ་  
སྤྱི་རྒྱ་མཆོའོ། བར་རུ་མ་ན་རུ་ནི་ལེ་ ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདིའི་རྒྱུ་  
བ་གསུམ་བ་རྒྱུ་བ་གཞན་གསུམ་ཀ་འཇམ་རྒྱུ་བ་བར་མ་ཡིན་པའོ། །འདིའི་  
དོན་བོད་སྐད་དུ། ཅན་ཅན་གྱིས་བཤོས་དྲི་ལྡང་ཞིང་། །འཇམ་བ་མ་ལ་ཡ་ཡི་  
རྒྱུ་། །བདག་གི་གཏན་འགོག་དགའ་མ་ནི། །མཆོག་གི་ཁ་ཡི་རྒྱུད་དང་  
འགཅ། །ཞེས་ཅན་ཅན་གྱི་དྲི་ལྡང་རེག་འཇམ་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུད་འདི་ནི། བདག་  
གི་སེམས་ཀྱི་བརྟན་པ་འཕྲོག་པའམ་འགོག་པའི་དགའ་མ་མཆོག་གི་ཁ་ཡི་རྒྱུད་  
དང་འགཅ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་བ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡི་གེ་འཇམ་རྒྱུ་བ་ཕྱོགས་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱེད་སའ་བ་མི་མཉམ་པ་ལ་མ་བརྟག་པར་དོན་གྱི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་བའི་ཉམས་  
དང་སྒྲ་ཡི་ཡི་གེའི་ཆོགས་པ་དག་ལ་ལྷོས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་པ་དག་ལ་སྒྲན་  
དག་གི་ལམ་འདི་ནི་འདི་འདྲ་བ་བྱུང་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་སོ། །གལ་ཏེ་ཆོགས་  
བཅད་གཉིས་ཀ་ཤར་བའི་འདོད་པའི་དཔེ་བརྗོད་བྱས་ན། ལྟ་བུའི་འདོད་  
ཚུལ་གྱི་དཔེ་བརྗོད་ནི་ཕྱགས་ཀྱིས་ཤེས་ཏེ། རྒྱུ་བ་རེ་རེ་ལ་འང་འཇམ་རྒྱུ་བ་  
ཅི་རིགས་སུ་སྟེལ་བས་འཇམ་རྒྱུ་བ་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྟར་བ་ཡིད་དུ་འོང་  
བ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་ལ། འཇམ་རྒྱུ་བ་སྟེལ་ཚུལ་འཇམ་པ་ཕྱོགས་གཅིག་

རྩལ་པ་ཕྱོགས་གཅིག་མི་བྱེད་པར་ཅི་རིགས་སུ་སྒྲེལ་བ་དེ་དབེ་བརྗོད་གཅིག་  
གིས་བསྟན་པར་མི་རྣམས་པས་དོན་གྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བར་བསྟན་ཏོ། །སྐབས་  
འདིར་དབྱང་བྱ་འདི་ཡོད་དེ། ཁ་ཅིག་གིས་སྒྱུར་བ་ནི་འཇམ་པ་ཤས་ཆེ་ལ།  
འཇམ་ཆེས་པས་ལྟོད་པའི་སྒྲོན་མེད་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ན་ཤིན་ཏུ་གཞོན་  
དང་བྱེད་མེད་པ་དང་། ཡང་མཉམ་ཉིད་ནི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་འཇམ་མཉམ་མམ་  
རྩལ་མཉམ་པར་མ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མཉམ་པ་ལྟོ་པའི་ལུགས་སུ་འདོད་པའང་།  
མཉམ་པའི་སྐབས་སུ་དེ་ནི་འཇམ་རྩལ་པར་མ་སྟེ། ཞེས་དང་། ཤིན་གཞོན་  
སྐབས། ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་སྒྱུར་བ་ལྟོད་པའི་སྒྲོན་ཏུ་བཤད་པ་དང་། སྒྱུར་  
བ་ལྟོད་པས་མ་རེག་པའོ། །ཞེས་བཤད་པ་དང་། དེ་དག་གི་དབེ་བརྗོད་དང་  
ཡང་འགལ་ཏེ། འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མཉམ་པ་ནི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
ཡིན་ལ། ཐམས་ཅད་མཉེན་པའི་སྒྲོན་ཡང་ཡིན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་རྩལ་  
མཉམ་ནི་སྒྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ཤིན་གཞོན་གྱི་སྒྲོག་སྒྲུ་ཡང་ཡིན་པ་སོགས་  
ཀྱིས་ཡོན་ཏན་དེ་གསུམ་མ་འདྲེས་པར་ངོས་མི་ཟིན་པས་ཡོན་ཏན་བཅུ་སྟོ་སྟོར་  
རང་རྒྱུ་འཆད་མི་བརྟུབ་བས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་དགལ། །དེའི་ཕྱིར་རྩྭ་  
ལྗོངས་ཀྱི་འབྲེལ་ལས་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་འཇམ་མཉམ་དང་། རྩལ་མཉམ། བར་  
མར་མཉམ་པ་གསུམ་དང་། དེ་ལའང་ནང་གི་དབྱེ་བ། འཇམ་པའི་འཇམ་པ་  
སོགས་དགུར་སྟེ་བའི་དབེ་བརྗོད་མཛད་ཅིང་། གཞུང་རྩ་བའི་དབེ་བརྗོད་ལ་  
ཁ་བསྐྱང་སྟེ་འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་པ་དང་། རྩལ་པ་འབའ་ཞིག་པའི་དབེར་

མཛད་པ་ནི། སྤྱིར་ཚིགས་བཅད་ལ་རྟེན་པ་བཞི་ཀ་འདྲ་བར་བྱས་པ་ལ་དབྱེ་  
བ་དེ་འདྲ་འོང་བ་དཔེར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་པ་བཞི་ཀ་འཇམ་རྩལ་མི་འདྲ་  
བ་ནི་མི་མཉམ་བར་བསྟན་མོད། མི་མཉམ་པ་དེ་འདྲ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་བརྒྱུག་  
ཕྱོགས་སྟོན་དང་། གོང་གི་དཔེ་བརྗོད་དགུ་ག་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འབའ་  
ཞིག་ཡིན་པར་བྱས་ན། སྤྱིར་བརྗོད་པ་ལྟར་མི་འགྲིགས་པས། དགུ་པོ་འདིའི་  
ནང་ནས་བར་མར་སྐྱར་བའི་ཆ་རྣམས་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། འཇམ་  
པ་མང་ཤས་ཆེ་བ་རྣམས་ཤིན་གཞོན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་། རྩལ་པ་མང་ཤས་  
ཆེ་བ་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྩལ་པ་འབའ་ཞིག་པ་དང་། འཇམ་པ་འབའ་  
ཞིག་པ་ཤིན་གཞོན་དང་སྐྱར་བའི་རྒྱུ་རྩུ་སྟོན་ཡིན་པའི་དགོངས་པ་ཞིབ་མོར་  
བྱས་ན་ལེགས་པར་མངོན་ལོ་སྟུང་མོ། །དེས་ན་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱོགས་པའི་ལུགས་  
གཞིར་བཞག་བྱས་ན་ཡོན་ཏན་བརྩམ་པོ་འདི་སྟན་པ་གི་སྤྱི་དོན་ལྟ་བུ་ལམ་  
ཀྱི་སྟོག་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དོན་ལེགས་ན་རྩལ་པ་འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་  
པ་གཏན་སྐྱར་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཡང་སྐྱ་གདངས་ལ་རྩལ་ཆེས་པ་འཇམ་གྱི་ད་  
ཆེས་པའི་སྟོན་ཀྱི་ཞད་འབྱུང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟེན་པ་བཞི་ཀ་འཇམ་རྩལ་  
མི་མཉམ་པ་ཡང་གཏན་ནས་སྐྱར་མི་རུང་བ་མིན་ཡང་སྐྱ་གདངས་ལ་འཇམ་  
རྩལ་མི་མཉམ་པའི་ཞད་ཅིག་འབྱུང་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་སྐྱར་མ་ཁན་ཡོད་པ་ནི་  
ཤར་བའི་ལུགས་ལ་གྱུ་པས་འདོད་པ་དེ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་བྱ་མི་དགོས་པའི་  
དམིགས་བསལ་གཞུང་གི་དཔེ་བརྗོད་ཀྱིས་ཤེས་ཏེ། ཞེས་པ་མི་མཉམ་མ་

བརྟགས་པར། རྟོན་གྱི་རྒྱན་དང་ཚོགས་དག་ལ། བསྟོན་ནས་ཤར་བྱོགས་  
 པ་དག་ལ། སྒྲུབ་དག་ལམ་འདི་བྱང་བར་གྱུར། ཅེས་དང་། ཞེས་སོགས་  
 སྒྱུར་བ་རྒྱུ་བ་པ་དང་། གྲོལ་བ་ཡང་ནི་སྒྱུར་བར་བྱེད། ཅེས་གསུངས་པའི་  
 བྱིར་རོ། རྟོན་ལ་སྒྲུབ་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། སྒྱུར་བ་དང་མཉམ་ཉིད་དང་ཤིན་ཏུ་  
 གཞིན་པ་གསུམ་ནི་རྫོང་བྱེད་སྒྲུབ་ཡི་གའི་གདངས་དམ་མཉེན་དང་འཇམ་  
 རྒྱུ་བ་སོགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞག། བརྫོང་པ་ཚིག་ཤད་སོགས་བསྐྱུས་ཏེ་ཚིག་  
 དངོས་གཙང་པའི་སྒྲོ་ནས་བཞག་སྟེ། འདི་བཞི་སྒྲུབ་དང་ཚིག་གི་སྒྲོ་ནས་བཞག་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །རབ་དྲུངས་དོན་གསལ་གཉིས་རིམ་བཞིན་ཚིག་དོན་  
 གཉིས་ཀ་འཛིག་རྟོན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་དག་གི་ལམ་ལས་མ་འདས་  
 པ་དང་། བརྫོང་ཚུལ་གསལ་བས་ན་དེ་གཉིས་གྱིས་དོན་བདེ་སྐྱེད་ཏུ་རྟོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞག་ལ། སྒྲུབ་པ་ནི་སྒྲུབ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་རྒྱ་བར་  
 སྒྲུབ་པ་དང་། དེར་ཡང་གྲོང་ཚིག་གི་སྒྲོ་ན་མེད་པ་དང་། དོན་རྒྱན་གྱི་སྒྲུབས་  
 སུ་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་དང་ལྟན་པའི་དག་དེ་རྒྱ་བར་སྒྲུབ་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། རྟོན་ན་དོན་རྒྱན་རྣམས་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁོངས་སུ་  
 འདུ་ཞིང་། ཟུང་ལྟན་སོགས་རྒྱུ་བའི་ལས་འབྲེལ་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུབས་འདི་  
 དེ་བྱིར་བྱིན་ས་བསྒྲུབ་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས། གཤམ་ཚིག་ནི་བརྫོང་བྱེད་གཤམ་  
 བས་གཞན་སུ་ཟུང་ཟུང་གིས་མི་ཤེས་པའི་བརྫོང་ཚུལ་བྱེད་པར་བཞག་ཡིན་  
 པས་སྒྲུབ་དོན་གྱི་རྒྱན་དུ་བགྱང་དགོས་ངེས་ཡིན་ཞིང་། སྒྲུབ་བཅུ་སྟོང་པ་ནི་སྒྲུབ་

རྒྱ་དང་དོན་རྒྱ་གཉིས་ཀར་ཤེས་དགོས་སོ། །རྒྱ་ཆེ་བ་ནི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡུལ་  
གྱི་ཡོན་ཏན་མི་དམན་པ་བརྗོད་པ་དང་། མཛེས་པ་ཉ་ཅང་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་  
པའི་འཕྲོར་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་ཀུན་གྱི་ན་བར་འབབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཅན་ནོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་ཆོས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་སྒྱུར་  
ཏེ་བརྗོད་ཀྱང་དོན་གོ་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་བརྗོད་ཚུལ་  
ཁྱད་པར་བ་ཞིག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རབ་དྲུངས་དོན་གསལ་སྟན་པ་རྒྱ་ཆེ་མཛེས་  
པ་བརྗོད་པ་དུག་ནི་བརྗོད་བྱ་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟན་  
རྟག་སྒྱུར་པ་ལ་དོན་གྱི་རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྒྲ་གདངས་གྱི་སྟོན་ས་ཡིད་དུ་འོང་  
མི་འོང་གི་ཁྱད་ཡོད་དེ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་སྒྲ་རྒྱ་བ་ཆེས་ནས་བརྗོད་པ་རྒྱ་བ་པ་དང་།  
ཁ་ཅིག་ཏུ་སྒྲ་འཇམ་ཆེས་ནས་སྟོད་པོར་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ནི་རང་གི་ཁྱུང་  
བས་ཀྱང་རྟོགས་ནུས་ལ། དེ་ཡང་སྒྲ་རྒྱ་བ་པ་ནི་གོང་བཤད་ལྟར་སྟོན་ཆེན་  
སྟོན་ཆུང་གི་ཁྱད་དང་། སྟོན་ཆུང་གི་ཏ་ཏ་ཆ་མས་རྒྱ་བ་པའི་ཞད་ཆེ་བ་དང་  
དེར་མ་ཟད་ཀྱང་ཡི་གེ་གང་ཡང་བརྟེན་པ་དང་དབྱུངས་ཤིང་པོ་ལྡན་པ་  
དང་རང་རྩ་བ་བཅད་ཅན་རྣམས་སྟེ། ལྟ་བུ་ལས་སྟོན་པ་ཡང་བ་དང་། སྟོན་  
ཆེན་དང་བརྟེན་པ་དབྱུངས་ཤིང་པོ་སྟོན་དང་ལྡན་པ་ཆེས་སྟེ་བ་ཡིན་པ་  
དང་། ཡི་གེའི་སྟེ་གནས་པན་ཚུན་འཕྲད་ཚུལ་ལས་བརྗོད་། དཀའ་སྒྲ་དང་  
སྟན་མི་སྟན་གྱི་ཁྱད་པར་དུ་མ་ཞིག་ཆོག་ས་བཅད་སྟོན་བསྐྱེད་པའི་ཆོར་  
གི་ཉམས་ཁྱུང་ལས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྒྲ་རྒྱ་བ་ཆེས་ན་ཅི་རིགས་ཡང་བར་

བསྐྱུར། འཇམ་ཆེས་ན་རྩལ་པ་ཅི་རིགས་གང་འོས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། སྦྱིར་  
 སྒོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་དང་ལྷི་བ་རྣམས་སྐྱབས་སྒྲུབ་ཅི་རིགས་འདྲེས་ན་བརྗོད་པའི་  
 གདངས་ལ་གྲིམ་ཆ་དོད་པས་རྩལ་ལེགས་པར་སྦྱང་དོ། ། གཞན་ཡང་ཁྱོ་བའི་  
 བརྗོད་པ་སྒོགས་ལ་དོན་དྲག་ཤུལ་སྒོགས་ཀྱི་ཉམས་སྒྲུབ་གདངས་རྩལ་པ་གས་  
 ཆེ་ཡང་ལེགས་པའི་སྐྱབས་དང་། གཞན་དུ་ངོ་མཚར་བ་སྒོགས་ཀྱི་དོན་རྒྱན་  
 དང་སྒྲུབ་གདངས་འཇམ་ལ་ལྟོད་སྒྲོན་མེད་པ་སྦྱར་ན་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། ། མདོར་  
 བ་དག་སྦྱོར་དེའི་སྒྲུབ་རྗོད་ཆེན་པར་སྦྱར་བ་ཞིག་བྱུང་ན་རི་ལྟར་ཡང་ཡོན་ཏན་  
 ཏུ་འགྱུར་ལ་ལྟོག་ན་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་རོ། ། དེ་བཞིན་དུ་དོན་དེ་ཉིད་བརྗོད་ཚུལ་  
 གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྦྱིར་དག་བརྗོད་པ་དེར་རབ་དྲངས་དང་དོན་གསལ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་ནི་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། དག་སྦྱོར་བ་ནི་དོན་  
 དེ་ཉིད་གོ་བའི་སྒྲུབ་དུ་ཡིན་པས་དོན་བདེ་བླག་ཏུ་གསལ་བ་ནི་དག་གི་ཡོན་ཏན་  
 ཡིན་པ་སྒྲོས་མ་དགོས་པས་སྦྱིར་བཏང་ལྟོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་འདོད་དོ། །  
 དེས་ན་རྒྱ་གར་ན་སྒྲུབ་དང་། ཟླ་གྲགས། དཔའ་པོ་སྒོགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་  
 གྲུང་ཡོན་ཏན་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། བོད་དུ་ས་པམ་དང་། སྒྲིང་ཆེན་པ། རི་  
 ཅོང་ཁ་བ་དང་། ཀམ་པ་རང་བྱུང་དོ་རི་སྒོགས་ཀྱི་གསུང་ལྟ་བུའོ། ། མི་རྣམས་  
 ཀྱི་ཁ་ཅིག་རྩོམ་གཤིས་ཆོག་དྲངས་གིང་གསལ་བ་ལ་དགའ་བ་ནི་འདི་པའི་  
 ལུགས་ལ་མོས་པའི་བག་ཆགས་ཅན་ནོ། ། ཡང་ཁ་ཅིག་རྩོམ་གཤིས་དེ་ཉ་ཅང་  
 ཤེས་སྒྲུབ་པ་མིན་པར་རྩལ་ཟད་ཁ་དམ་པའི་སྒྲུབ་དག་ལ་དགའ་བ་ནི་གོ་ཁ་བའི་

ལུགས་ལ་མོས་པ་ཅན་དུ་གཤིས་ཀྱིས་འབྱུང་བའོ། །དེ་འདྲའི་ངག་སྒྲིབ་ནི་རྒྱ་  
གར་དུ་ཅན་གྱི་མིའི་གསུང་ལལ་ཆེར་དང་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་རྒྱལ་པོ་དག་  
བའི་དབང་པོ་དང་ནག་མོའི་ཁོལ་སོགས་ཀྱི་གསུང་རྩོམ་གྱི་གཤིས་ལ་ཅི་རིགས་  
ཡོད་ཅིང་། བོད་དུ་ལྷ་པ་ཆེན་པོ། བོད་མཁས། རིན་སྒྲུངས་པ་སོགས་ཀྱི་  
གསུང་འགའ་ཞིག་དང་། འཛིགས་མེད་གླིང་བའི་ཡོན་ཏན་མཛོད་ལ་སོགས་  
པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་དག་གྲང་ལལ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་  
པ་མེད་དོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་རབ་བརྟགས་དང་ལུལ་བྱུང་དང་སྦྱར་བ་དང་།  
འགལ་རྒྱན་དང་བསྟོན་དོར་སོགས་འབྲེག་བཛོད་ཀྱི་རྒྱན་དུ་མའི་ཉམས་ཅི་  
རིགས་སུ་བསྐྱེས་ཏེ་བརྩམས་པ་ལལ་ཆེར་གིན་ཏུ་སྟན་པ་ཡིན་ཡང་ཁ་ཕྱུང་  
ཟད་དམ་པ་འབྱུང་དོ། །ངག་འགའ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་དང་དོན་ཟབ་  
མོ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་བཛོད་ཚུལ་མི་བདེ་བས་ཁ་མི་གསལ་བ་ནི་  
སྒྲིབ་ཡིན་གྱི། ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྦྱིར་རྩོམ་གཤིས་གསལ་  
བ་ཡོན་ཏན་ཆེ་བ་གཞིར་བཅས་ཀྱང་། དམིགས་བསལ་ཆགས་པའི་ཆོག་ལ་  
སོགས་པ་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཉ་ཅང་གསལ་ན་མི་མཛེས་བས་ཕྱུང་ཟད་ཁ་  
དམ་བར་བྱས་ན་འང་ལེགས་པའི་སྐབས་ཡོད་ལ། བསྟོད་པ་དང་སྦྱིང་ཡིག་  
སོགས་དང་མཆར་ཉམས་སུ་སྦྱར་བ་རྣམས་ལ་ཅི་རིགས་སུ་བྱ་ཁིང་། བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི་བཛོད་བྱ་སོགས་ལལ་མོ་ཆེར་སྟན་ཉམས་ལྷན་ཡང་དོན་གསལ་བ་  
དང་པོའི་ཆོག་ཀྱིས་ཀྱོག་མེད་པ་བཤད་སྟེ་བ་ཉིད་ལེགས་ཏེ་འཇུག་པ་བདེ་བས་



སོ། །དེ་གཉིས་གང་ལྟར་ཡང་དོན་གྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བྱ་བ་ནི་གནད་  
དོ། །མི་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ཚུལ་གཤིས་ལ་ཡང་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡོད་པ་ཡིན། འདི་  
རྒྱུ་མས་འཕྲོས་དོན་གཤམ་ཆེ་བ་སྒྲུབ་དག་མཁན་གྱིས་ལེགས་པར་གཞིག་པ་  
གཏོང་དགོས་པའི་གནས་ཤིག་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱིར་བ་ནི་སྒྲིག་ཆེན་གྱི་  
ཡི་གེ་བྱུང་བའདུག་པས་ན་ལྟོད་པས་མ་རེག་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་བརྗོད་དགའ་བའི་  
མཚམས་སྦྱར་བ་ལྟེ་བ་འབའ་ཞིག་གི་སྒྱུར་མེད་པའོ། །ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ནི་  
སྒྲིག་ཆུང་ཅམ་དུ་མ་བྱེད་སྤྱིར་སྤྱིར་བ་བཅུགས་པ་སྒྲིགས་སྒྲིག་གང་རལ་རྩལ་  
བ་མ་ཡིན་པར་འཇམ་པ་མང་ཤས་ཆེ་ཡང་ལྟོད་པ་འབའ་ཞིག་པའི་སྒྱུར་མེད་  
པའོ། །མཉམ་ཉིད་ནི་འཇམ་རྩལ་མཉམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་འཇམ་རྩལ་ཅི་རིགས་  
པར་སྟེལ་བ་ཡིན་གྱི། འཇམ་པ་སྒྲིགས་གཅིག་རྩལ་པ་སྒྲིགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་  
པ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤིས་པར་བྱའོ། །

བཞི་བ་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། སྒྲུབ་པ་ཉམས་ལྡན་ཞེས་པའི་ཚིག་དང་དོན་  
ལ་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་རྒྱ་བར་སྒྲུབ་པའི་ཉམས་ཡོད་པ་ཞིག་གོ། ཉམས་ཞེས་པ་  
རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་དང་། བརྗོད་བྱའི་དོན་ནམ་དངོས་པོ་ལ་  
ཡང་ཡིད་ཀར་འབབ་ཅིང་ཡིད་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་པའི་ཉམས་གནས་པ། དཔེར་  
ན་སྤྱང་ཕྱི་སྒྱུད་པ་ཞེས་བྱུང་བ་རྒྱུ་སྤྱང་ཕྱི་སྤྱང་དགའ་བ་བཞིན་དུ་ཚིག་གང་  
གིས་སྒྲོ་ལྡན་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ཡིད་དགའ་བར་བྱེད་པའོ། །དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་ལ། ཚིག་ལ་དགའ་བའི་ཉམས་ཡོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་སྒྲིགས་གསུམ་

བོའང་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་དག་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་བཤད་པས་འདིར་རྗེས་ཁྲིད་  
 གསུངས་པ། དག་ཏུ་བརྗོད་པའི་སྒྲ་ནི། ཡི་གེ་དང་སྐྱེ་གནས་སོགས་གང་  
 དང་ཅི་ཡིས་ཀྱང་གང་ཞིག་སྒྲ་མ་དང་མཚུངས་པའི་ན་ཤེས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བ་ནི་སྒྲ་ཡི་ངོ་བོས་སྟོན་པའི་རྒྱལ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲ་མ་དེ་  
 ཡི་ཡི་གེའི་གཞུགས་དངོས་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས་དེ་ལྟར་མིན་ཡང་སྐྱེ་  
 གནས་མཚུངས་པ་དང་བཅེགས་པ་ལྟ་བུའི་ཚིག་དང་ཉེ་བ་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་  
 ནི། སྒྲ་མའི་རྒྱལ་དང་འབྲུ་བ་སྒྲ་ར་ཡང་རྗེས་སུ་ཁྲིད་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲ་ཡི་  
 ཉམས་དང་ལྡན་པའོ། །དེའི་དཔེ་གསུངས་པ། ཨེ་ཤ་རྩ་རྩ་ཡ་དུ་འགྲོ། ལྷ་ལྷ་  
 ལྷ་ན་ལྷ་སྒྲ་ཏ་པ་ལ། ཏ་དུ་པ་རྩི་ཏི་རྩམ་སྒྲ། ཡེ་ཀ་སྒྲི་རྩུ་པོ་ཏ་ལྷ་བ་ཏ། ཞེས་  
 པ་འདིར་དབྱངས་ལྷ་ཡིང་པོ་དུ་མ་སྒྲ་མིར་བྱུང་བ་དང་། པ་སོགས་མཚུའི་སྐྱེ་  
 གནས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་འགའ་རྗེས་སུ་ཁྲིད་པ་དང་། བཅེགས་པའི་ཡི་གེ་དུ་མ་  
 རྗེས་སུ་ཁྲིད་པ་དང་། དངོས་སུ་བྱ་བྱི་རྩམས་རྗེས་སུ་ཁྲིད་པ་ཡོད་པའོ། །ཚིགས་  
 བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ་གང་ཆེ་བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི་རྒྱལ་པོ་འདི་ཡིས་  
 རྒྱལ་སྤིད་ཀྱི་དཔལ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་དེ་ནས་བཟུང་ཉེ་ཆོས་ཀྱི་ནི་དགའ་ཉོན་  
 ཆེན་པོ་འདི་ག་རྟེན་འདི་རུ་བྱུང་། ཞེས་སོ། །

ཁ་ཅིག་བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གི་མིང་མ་ཡིན་ཏེ། བྲམ་ཟེ་ལམ་ཆོང་སྐ་  
བའི་ཆོས་ལུགས་ལ་དགའ་ཞིང་དེ་ལས་མི་འདའ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཆོད་དོ་  
ཞེས་འཆད་པའང་སྤངས། ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྒྲིག་ནས་སོགས་ཀྱི་རྟེན་ཁྲིད་ནི་

གོ་ར་བ་དག་གིས་མི་འདོད་དེ། གོ་ར་བ་དེ་དག་འཆད་འཁྱུར་ལྟར་ཡི་གེ་  
 རྩོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔལ་དག་འཛིང་། ཡལ་ཆེར་ཡི་གེ་དང་པོས་རྩོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔ་  
 ལས་ཀྱང་བེ་དུ་ཁྱོ་འཕགས་མ་ཐག་པ་སྒྲུབ་གནས་སོགས་རྩོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔ་འདི་  
 ཉིད་འདོད་དོ། །ཞེས་ཡི་གེ་འདྲ་བ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་གནས་འདྲ་བར་བྱུང་བ་  
 ལས་ཀྱང་ཡི་གེ་གཅིག་གསལ། སྒྲུབ་གདངས་ཆ་འདྲ་བ་ཆེར་མ་རིང་བར་གནས་  
 དེས་མེད་དུ་བྱུང་བ་སྒྲུབ་པར་སྒྲུབ་དོ། །ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 གནས་མཚུངས་པ་ལ་དང་བཅད་ལྷན་གཉིས་ཀའི་ཆོག་གང་ཡང་རུང་བ་རྣམས་  
 ལ་ཡི་གེ་བསྐྱར་བ་ནི་རྩོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔ་ཡིན་ལ། དེའང་ཡི་གེ་སྒྲུབ་མེད་སྒྲུབ་གདངས་  
 ཉམས་མྱོང་གི་འདུ་བྱེད་ནི་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་དོན་དུ་རྩོམ་མ་བཞོད་པ་  
 ཡིན་ན་ཡང་སྒྲུབ་མ་དང་རྩོམ་མའི་བར་དུ་ཡི་གེ་མང་པོས་ཆོད་ན་རྩོམ་ཀྱི་  
 ཉམས་མྱོང་འདུ་མི་བྱེད་པས་གལ་ཏེ་སྒྲུབ་མ་དང་ཐག་མི་རིང་བ་ཉིད་དུ་རྩོམ་  
 མ་ཡོད་པའོ། །དེའི་དཔེར་བཞིན་པ་པོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་དོན་ནི། རྟོན་  
 ཀའི་མཚན་མོའི་དབུ་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷ་བའི། མེ་ཏོག་ཀྱང་འཛིན་པོར་  
 འཁྱུལ་པ་ལ་སྒྲུར་ཡང་དེའི་རྩོམ་སྒྲུབ་དེའི་ནང་གི་མཚན་མ་ཞི་ཕྱེད་ལ་དང་མཚུངས་  
 པ་དེ་ནི་མེ་ཏོག་གི་ནང་ན་གནས་པའི་བྱུང་བའི་དཔལ་ནི་ཡང་དག་པར་འཛིན་  
 པར་ཡང་མཐོང་དོ། །ཞེས་སོ། །འདི་ལ་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མར།  
 ཅན། ཀྱུ། ཞི། སྐ། ཞེས་ཡོད་པས་ན་ཡིག་དང་ལྷན་པའི་དཔལ་རྒྱུ་པ་  
 པ་ལ་བསྐྱར་བའི་རྩོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་དཔ་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་ལ་བསྐྱར་བའི་རྩོམ་ཀྱི་དཔ་

རྒྱུ་པ་སོ་སོའི་གནས་ཀྱི་རིས་པ་མེད་ཀྱང་ཚིག་ཀླམས་ཅི་བདེར་སྒྲུ་མཚུངས་  
པའི་ཡི་གེ་སྒྲུ་བྱི་དག་གིན་རྒྱ་པ་མི་རིང་བར་སྒྲིམ་པ་དག་ནི་རྗེས་ཁྱིད་རྒྱ་འདོད་  
དེ། དཔེར་ན། རྩ་རྩ་རྩ་མ་སྒྲི་བྱ། དེས། རྩ་བྱི་དེ་མསྒྲུ་དེ། མཚུ་ལོ་མཚུ་  
ཐ་སྒྲུ་ན། བེད་ཡི་ཀུ་མུ་ཏྱ། ཞེས་པ་བར་ཐག་གིན་རྒྱ་པ་མི་རིང་བར་སྒྲུ་བྱི་  
སྒྲུ་མཚུངས་སྒྲིམ་པ་དག་ནི་རྗེས་ཁྱིད་ཡིན་པར་འདོད་དོ། །འདིར་རྩ་རྩ་རྩ་  
སོགས་རྒྱུ་པ་སྒྲུ་མ་གསུམ་ལ་ཡི་གེ་ཆ་འདྲ་བསྒྲོར་བ་དང་། ཐ་མར་ད་ཡི་  
དང་སྒྱིར་མ་ཡིག་དུ་མའི་རྗེས་ཁྱིད་ཀྱང་ཡོད་པ་དེ་དག་བར་མི་རིང་བར་བསྒྲོར་  
བའི་དཔེའོ། །དེ་བོད་སྐད་རྒྱ་བསྒྲུར་བའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན། མཛེས་མ་  
ཞེས་བོས་ནས། མཁའ་ལ་སྒྲུ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་མཛེས་པས་བདག་གི་ཡིད་  
འདི་ཡིད་སྒྱུབས་ཀྱིས་ཟེལ་གྱིས་མཁན་ནས་བཅུ་མེད་རྒྱ་འཛེམས་པར་བརྩོན་  
པ་འདི་ལ་ལྟོས་ཞེས་སོ། །བར་ཐག་རིང་ན་རྗེས་ཁྱིད་རྒྱ་པ་འགྱུར་བའི་དཔེ།  
ན་རྩ་རྩ་མུ་སྒྲུ་ལྷ། སངྒྱུ་ཤ་ཕུ་མུ་ཡི་ཏྱ། འདི་ཉིད་བོད་སྐད་རྒྱ་དག་ལ་  
མ་བཞིན་གྱི་ཚུ་སྒྲིས་དང་། མཚུངས་པ་སྒྲུ་བ་ཞེས་མི་འདོད། ཅེས་གསུངས་  
ཏེ། དག་ལ་མ་འདི་ཡི་བཞིན་གྱི་ཚུ་སྒྲིས་དང་མཚུངས་པའི་སྒྲུ་བ་ཞེས་སོ། །  
ཞེས་མི་འདོད་ཅེས་པ་འདི་རྗེས་ཁྱིད་རྒྱ་པ་འདོད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། བད་གིས་  
ན་སྒྲུ་རིང་བོ་གཉིས་ཀའི་བར་དུ་ཡིག་འབྲུ་མང་པོས་ཚོད་པས་རྗེས་ཁྱིད་ཀྱི་  
ཉམས་མི་འབྱུང་བས་སོ། །གཞན་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་པ་སོགས་ཀྱིས་འདོད་  
པའི་རྗེས་ཁྱིད་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ། སྒྲུ་རུ་ ཁ་རུ་ ཁ་ལུ་ ཀུ་ལུ་

གོ་བ་ཕུན་གྱི་ཤེས་པ་རྒྱ་ཏོ་ལྷ་མོ་དེ་གོ་རྩ་གོ་མོ་ཏོ་རྒྱ་ཏོ་ས་པོ་ག་ཏུ་ཞེས་  
 མོགས་སྒྲུབ་བ་ཕུབ་པ་དང་། གོ་ལ་བའམ་ལྟོད་པ་ཡང་ནི་མོགས་བཅད་ལ་  
 ལྟོད་བའམ་སྒྲུབ་བར་བྱེད་པ་ཡོད་ཡོད། མོགས་བཅད་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུབ་མ་ཏུ་ཅང་  
 ལྟོད་བ་ཕུབ་པ་དང་། བྱི་མ་ལྟོད་པ་དེ་བྱི་ར་དེ་ལྟའི་རྗེས་ཁྲིད་ནི་ལྟོ་བྱོགས་པ་  
 དག་གིས་མི་སྒྲུབ་རོ། ཁོང་གི་མོགས་བཅད་དེ་པོད་སྐད་དུ། བདག་གི་ལུས་  
 དང་ཁོ་བ་ཟ། འདོད་པ་ཕུབ་ཅིང་མཛའ་བོ་ངན། ཁེངས་པ་ཉམས་གིང་  
 མགས་པ་རྒྱས། ཁྲོངས་པ་སྒྲེས་ཏེ་སྒྲོག་རྣམས་སོང་། ཞེས་མཛའ་བོ་ཐག་  
 རིང་དུ་སོང་བའི་ཐོགས་མོས་བརྗོད་པ་སྐད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། ལུས་རིད་ཅིང་ཟ་  
 བ་དང་གཞན་ལ་ཐུག་དོག་གི་ཁོ་བ་ཟ་བ་མོགས་དང་། སྒྲོག་རྣམས་ཟད་པར་  
 སོང་། ཞེས་སོ། གཞན་ཡང་རྗེས་ཁྲིད་ལ་ཡི་གེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་མིང་མོགས་  
 ཡི་གེ་དུ་མ་མོགས་པའི་སྒྲིད་ལུལ་གང་ཞེས་སྒྲུབ་བསྐྱས་ཏེ་བསྒྲོར་བ་ནི་ཁོ་  
 བའམ། བསྒྲོར་བ་ཁོ་བ་ནི་ལུང་དང་ལྡན་པ་ཞེས་སྒྲུ་རིག་པར་བྱའོ། ཁོ་བའི་  
 སྒྲུས་ཡི་གེ་མོགས་པ་འབའ་ཞེས་སྒྲུབ་བསྒྲོར་དགོས་པར་བསྟན་ཅིང་། དེ་འདྲའི་  
 ཡི་གེ་མོགས་པ་བསྒྲོར་བ་དེ་ཡང་སྒྲུ་མཚུངས་པའི་ཉམས་ཙམ་ཡིན་གྱི། མཐའ་  
 གཅིག་དུ་སྟོན་པ་ཡི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་མིན་པ་དེ་བྱི་ར་སྒྲུ་ཡི་སྟོན་པའི་ཉམས་  
 ཅན་རྗེས་ཁྲིད་བཤད་པའི་སྐབས་འདིར་མི་བརྗོད་དེ། བྱི་ནས་ལེའུ་གཟུམ་  
 པར་བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་སོ། འོན་གྱི་རྒྱུ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན། དེས་པར་རྗོད་  
 བྱེད་གྱི་མོག་གམ་སྒྲའི་རྒྱུ་སྒྲུབ་པའི་ངག་རྣམས་ཀུན་ལ་ཡང་དོན་གྱི་ཉམས་

དག་ལེའུ་བར་པར་རི་རྒྱད་བརྟན་པ་ནམས་སྤྱིན་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། འོན་གྱི་  
ཉམས་སམ་རྒྱན་མེད་ན་ཆོག་གི་ཉམས་འབའ་ཞིག་གིས་སྟན་པ་གཏུ་མི་འགྱུར་  
རོ། །འོན་གྱི་རྒྱན་གཙོ་ཆེ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡང་། གྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་མིན་  
པའི་ཁུར་འདི་སྟན་པ་གསྐྱོར་བའི་གནས་སྐབས་པལ་མོ་ཆེའམ་པལ་ཆེར་དུ་  
འཛིན་དགོས་ཏེ། བརྗོད་ཚུལ་མི་མཁས་པ་འམ་སྐྱེ་ལ་གྲོང་ཆོག་ཞུགས་པས་  
འཛིན་ཉེན་བཅད་གང་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པ་ཡང་མིན་པས་སོ། །དེ་ལ་གྲོང་ཆོག་ཅི་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་པའི་དཔེ་བརྗོད་པ། འདོད་ལྟར་བདག་ལ་གཞོན་ཏུ་མ། ཁྱོད་  
ནི་བདག་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འདི་ནི་གྲོང་པའི་  
ཆོག་གི་དོན་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་དེ། གྲོང་བ་ཐ་མལ་པའི་ངོ་ཆའི་ཆོག་རྗེན་པར་  
སྐྱས་པ་འདི་འདྲ་བརྗོད་ན་མཁས་པས་སྐྱར་བ་ཡི་སྟན་པའི་ཉམས་དང་བྲལ་  
བའམ་ཉམས་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པ་ཁོ་ནར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། རང་དེ་ལ་ཆགས་ཀྱང་  
དེས་རང་ལ་མ་ཆགས་པ་བརྗོད་པ་སྒྲ་མ་དང་དོན་འདྲ་ཡང་བརྗོད་ཚུལ་མཁས་  
ན་གྲོང་ཆོག་དག་གི་སྦྱོན་མེད་པ་ནི། ཟུར་མིག་ལྟ་བུ་ལ་གཡོན་མིག་མ་ཞེས་  
བོས་ནས་འདོད་པ་ཞེས་པ་གཏུམ་མོ་མ་རུངས་པ་འདི་ནི་དེས་པར་བདག་ལ་  
བརྩེ་བ་མེད་པར་གདུང་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་ལ། ཁྱོད་ལ་ནི་འདི་ཁྱོ་བ་མེད་པར་  
དགའ་བ་ཞིག་གོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་གྲོང་པའི་ཆོག་གི་དོན་མེད་ཅིང་མཆར་ཉམས་  
དང་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །བརྗོད་ཚུལ་མི་མཁས་པའི་སྟན་པའི་གྲོང་ཆོག་ཏུ་སོང་  
ན་དེར་མ་ཟད་སྐྱེ་ལ་འང་གྲོང་བ་ཡི་ངོ་ཆའི་དག་གི་ཆ་དང་མཚུངས་པའི་སྦྱོན་

ཞུགས་པ་ཉིད་ཡོད་དེ། དེ་ནི་ལེགས་པའི་ཅིག་གོས་མི་ལེགས་པར་གྲགས་  
སོ། །དེ་རིམ་ལྟ་བུ་ཞེན། འཛིག་ཏེན་གྱི་རོ་ཆའི་ཆོག་དགའ་པའི་དགའ་སྟོན་  
ཞེས་འབྲིག་པ་བརྟུན་པ་ལ། རིམ་ལྟ་བུ་ཡིག་དང་བླ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་ཆོགས་  
པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཆོག་གི་མཚམས་སྟུང་ཚུལ་དང་། ཆོག་གི་གཅོད་མཚམས་  
ཀྱིས་ཞུགས་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་སྒྲུབ་ཡང་དག་དེའི་དོན་དག་གིས་ཀྱང་གོང་  
ཆོག་འབྲུ་པའི་གནས་སྟུང་པའི་ཉེས་པ་ཡོད་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་དག་  
དེ་ནི་གོང་པ་ཡི་སྟོན་ཞུགས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཆོག་གི་མཚམས་སྟུང་  
དང་གཅོད་མཚམས་ཀྱིས་གོང་ཆོག་ཏུ་སྒྱུར་པ་ནི། ཡུ་རྩ་བ་ཏུ་བྱི་ཡུ་བཞིན་  
ནོ། །དེ་ལ་ཡུ་གང་། རྩ་བ་ཏུ་ཁྱོད་གྱི། བྱི་ཡུ་དགའ་མ་ཞེས་པའི་དོན་ཏུ་  
འདི་བརྟུན་པར་བྱས་ཀྱང་། ཡུ་རྩ། འབྲིག་པ། བ་ཏུ་ལྷན་པ། བྱི་ཡུ་དགའ་  
མ། ཞེས་པར་གོ་ནས་གོང་ཆོག་ཏུ་སོང་ཆེ་མི་མཛེས་པ་ལྟ་བུའོ། །འོད་སྒྲན་  
ཏུ། མོ་མཚན་བཟང་ལྷན་དང་བྱ་ལྟེ་གཉིས་པ་ལྟ་བུ་མོ་དང་བྱ་ཡར་བཅད་ན་  
གོང་ཆོག་མེད་མོད། མར་སྒྱུར་ནས་གོ་ཆེ་མི་མཛེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་དཔང་  
ལོས་གསུངས། དེས་ན་མི་མོ་མཚན་བཟང་ལྷན་པ་ཞེས་དང་། འདབ་ཆགས་  
ལྟེ་གཉིས་པ་ལྟ་བུར་སྒྱུར་བར་བྱ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་དག་དོན་གྱིས་ཞུགས་པ་ནི། གཞན་ལ་བསྐྱབ་ནས་སྐྱེས་པའི། བླ་  
ལྷན་པའི་བྱ་རྩ་ཞེས་པ་གཞན་དག་ལ་མཚོན་བསྐྱབ་ནས་སྐྱེས་པུ་དཔེར་  
བཞི། བླ་རྩ་བཅོན་འགྲུས་ལྷན་པའི་བྱ་རྩ་ ལྷན་པར་གནས་ཞེས་པའི་

དོན་ལ་གཞན་གྱི་སྐད་དོད་པ་ར་མ་མཆོག་གམ་གྱིན་ཏུ་ལ་འཇུག་པས། གྱིན་  
ཏུ་བསྐྱུན་ནས་ཞེས་རང་གི་དགའ་མས་ཆོག་མི་གེས་པར་བྱད་མེད་གཞན་ལ་  
གྱིན་ཏུ་བསྐྱུན་ནས། བློ་ཁུ་བ་ལྟན་པའི་བི་བློ་རྩེ་རྩེ་པར་ངལ་ཞེས་པར་  
གོ་ན་གྲོང་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་སོགས་ཏུ་མ་ཡོད་དོ། །བྱད་མེད་གཞན་  
ལ་བཅུད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱིན་ནས་གེས་བརྗོད་བྱས་པ་སྐད་ཏུ་མཆོན་ན། བཅུད་ཀྱིས་  
ལེན་པའི་སྒྲུབ་མཆོག་ཉིན་བྱེད་ཀྱིས། མཛེས་མའི་ལུས་ཀྱི་བདུ་བྱས་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་པ་ལུས་བདུ་བའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་སྒྲུས་པ་ཡིན་ཡང་། བདུ་  
ཞེས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་སྒྲེ་གནས་ལ་གོ་ནས་བཞད་གད་ཏུ་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་  
ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟ་བུ་སོགས་ལམ་དག་ནི། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བསྐྱུག་མ་ཡིན། །  
ཞེས་ལྟ་ཤར་གྱི་ལམ་གཉིས་ཀར་ཡང་མི་བསྐྱུག་ཅེས་སོ། །རྩ་ག་པ་དྲི་རྩ་གི་  
ནི། ཞེས་སོགས་ལམ་སྒོལ་གཉིས་ཀ་ཀུན་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་སྒྲེ་གྲོང་ཆོག་ཏུ་མི་  
འདོད་དོ། །དེ་ལ་རྩ་ག་ལ་དྲི། བཅོམ་ལྟན་མ། རྩ་གི་ནི། སྤིང་མའི་མིང་ཡིན་  
ཡང་རྩ་གའི་སྒྲེ་བྱད་མེད་ཀྱི་མཆོན་མ་ལ་ཡང་འཇུག་པས། སྒྲེ་དེ་གཉིས་མོ་  
མཆོན་ལྟན་མར་གོ་ནས་གྲོང་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་སྒྲེ་ག་  
སྒྲུལ་བཟང་དང་། ཏུར་རྩ་ག་སྒྲུལ་ངན་ཞེས་པའི་སྒྲེ་ཡང་མོ་མཆོན་བཟང་  
ངན་ལ་གོ་བར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེན། རྩ་གའི་སྒྲེ་མཁས་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་  
ན་བཅོམ་ལྟན་དང་། རྩ་གི་ནི་སྤིང་མོ་དང་། སྒྲེ་ག་སྒྲུལ་པ་བཟང་པོར་གོ་  
བ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་གས་ཆེ་བས་ཅིག་གོས་ལ་འཇུག་གུང་གྲགས་པ་གས་



ཆུང་བས་གྲོང་ཚོག་ཏུ་མི་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་བརྗོད་རུང་བར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་  
 བོ། །པོད་སྐད་ལ་ཡང་མཚན་བཟང་ཞེས་དང་། མཚན་མ་བཟང་པོ་མཐོང་  
 སོགས་དེ་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་སྐབས་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་དུས་རྒྱུན་བྱང་མེད་  
 གྱི་མཚན་མ་ལ་མི་གོ་བ་བཞིན་ལོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་སྤྱི་  
 ཁོང་བཤད་ནས། ལྷ་པ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་བཤད་པར་བྱསྟེ། དེ་ནི་ཚོགས་བཅད་  
 གང་དུ་གྱུ་སོགས་སོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་དང་ཅ་སོགས་སྤྱིར་ལོག་གི་སྟེ་དང་། དེ་  
 ལས་ཁྱད་པར་དུ་ཡང་དེ་རྣམས་ལ་བཅུགས་མ་དང་དབྱངས་རིང་པོ་དང་རྣམ་  
 བཅད་རྣམས་གྱིས་བརྒྱན་པའི་རྒྱ་རྒྱུབ་པོ་རྣམས་མིན་པའི་ཡི་གེ་ཀ་སོགས་  
 སོག་ཆུང་དང་འཇམ་པ་གང་དག་བཅུགས་མ་སོགས་དང་རྣམ་བཅད་སོགས་  
 མེད་པའི་འཇམ་པ་མང་པའི་གསལ་ཆེ་བ་ནི། ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཞེས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ལ། གང་སྤྱིར་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་འཇམ་པ་འཇམ་མཉེན་  
 པ་འབའ་ཞེས་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཉ་ཅང་ཡང་སྒྱོར་བ་ལྟོད་པའི་སྒྱོན་དུ་བཤད་པས་  
 སོག་ཆེན་སོགས་ཅུང་ཟད་འདྲེས་པའོ། །དེའི་དཔེ་བརྗོད་ནི། མཐུ་ལྷོ་གྱིཏྱ་  
 བ་རྩྭ་ཁྱི། ཀའྲེ་མཐུ་ར་གྱི་ཉི་ཕྱི་ ཀལ་པེ་ན་པུ་འཛི་ཏྲཱི། ཀལ་ལེ་རྩྭ་ཏུ་མ་ལི་  
 བོ། ། ཞེས་པ་འདི་ལ་ཡི་གེ་འཇམ་པ་མང་ཡང་། ཉ་ཅང་གྱུ་གྱུ། སོག་ཆེན་ཡི་གེ་  
 བཞི་འདྲེས་པ་དང་། ར་འདོགས་གྱིས་ཀྱང་ཆུང་ཕན་ཏེ། ར་སོག་ཆུང་གི་ཡི་  
 གེ་ཡིན་ཡང་ལྷོ་སོགས་དང་མཚུངས་པར་རྒྱ་གྲིམ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཕན་པ་ཡིན་  
 པ་དམིགས་བསལ་ཏེ་ཤེས་པར་བྱས་ན་ལོགས་པ་རང་གི་རྣམ་པར་བརྟགས་

པའོ། ཚིགས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་དོན་ནི། ཆར་སྒྲིན་གྱི་ཕྱིང་  
བ་སྒྲོན་བོ་དང་ལྷན་པ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ཕྱོས་པས་དབྱངས་སྒྲོན་པར་སྒྲོག་  
པའི་མགིན་པ་དང་ལྷན་པ། མ་བྱ་ཡི་ནི་མཇུག་མ་ཡི་སྒྲོ་དག་གསུགས་ལྟ་བུར་  
རྒྱུ་པོར་བྱས་ནས་དགའ་བའི་གར་བྱེད་དོ། ཞེས་སོ། དཔེ་བཟོད་ཚིགས་  
བཅད་དེ་ལ་བཟོད་བྱའི་དོན་ཟབ་ཅིང་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཟོད་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཡང་ལུལ་བྱུང་སྐགས་ཉམས་བྱུང་བར་ཅན་དེ་འདྲ་ཡང་ཡོད་པ་  
མིན་ཏེ། དབྱར་དུས་ཀྱི་མ་བྱའི་བྱ་བ་ཅམ་བཟོད་པ་ཡིན་ཡང་ཚིག་འཇམ་  
པས་ན་བར་སྒྲོན་པའི་ཕྱིར་གིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཡི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་རྒྱན་དེ་ནི་སྒྲོན་དག་ལ་མཁས་པར་གྱུར་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་  
ན་གནས་པ་སྟེ་ཟོད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །འདི་སྐབས་དོགས་པ་བྱུང་  
ཟད་དབྱད་ན་སྒྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒོག་ཆེན་སྐགས་མང་བར་འདོད་ན་དེ་  
ལྟར་དང་། ཡང་ན་ལྟོད་པའི་སྒྲོན་གྱིས་མ་རེག་པའི་ཆནས་སྒྱུར་བ་དང་། འཇམ་  
པ་མང་བའི་ཆནས་གིན་གཞོན་ཡིན་ལ། འཇམ་རྒྱབ་དེ་དག་སྒྲོགས་སོ་སོར་  
མ་བྱས་པར་ཅི་རེགས་སུ་སྒྲེལ་བའི་ཆནས་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་འདྲའང་  
ཆང་བས། དཔེ་བཟོད་གཅིག་ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་གསུམ་ཀའི་ཆ་ཡོད་ཀྱང་སོ་  
སོའི་ལྷོག་ཆནས་ཡོན་ཏན་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་རུང་བ་ཅམ་དུ་གཤམ་པར་བྱའོ། །  
ཡང་འདིའི་སྐབས་སུ། བཟོད་པ་གསལ་བུས་ན་དེའི་ཕྱིར། གཞན་གར་པ་  
དག་པལ་ཆེར་ནི། ལྟོ་པས་མི་བཞེད་པའི་བཟོད་པར་དགའ་བ་དག་ཀྱང་སྒྱུར་

བར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན། ཕྱ་ཁྱེ་ཆ་པ་ཁྱེ་ཁྱེ་པེ་ཏེ། ཁྱེ་ཏི་ལྷ་ཁྱེ་ཁྱེ་ཆ་དེ་ཏེ། ཞེས་  
 པ་འདི་ལ་ཁྱེ་ཡིག་ཆ་ཡིག་མང་བ་སོགས་ཀྱིས་བརྗོད་དགའ་བའོ། །འདིའི་  
 དོན་ནི། ཕྱ་ཁྱེ་སྐྱུ་ལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་༥ རྒྱུད་ཅིག་གིས་ནི་ཉམས་པར་  
 བྱས་༥ ཞེས་སོ། །འདི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྐྱུར་བ་སྟེ། རྩོམ་ནགས་སྐྱུར་སྐྱོང་  
 ར་མད་ཨ་གྱི་འཕེལ། བྱ་ཤ་ཞེས་པ་ཞིག་༥ རྒྱུ་ཁྱེ་འཕེལ་རྩམ་ཆ་ཞེས་པ་དང་ལྟན་  
 ཅིག་འདོད་འཛའི་བ་དང་བཅས་ཏེ་གནས་པ་དེ་དག་ཏུ་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ས་ཏ་  
 རྒྱ་རྒྱུན་ཞེས་པ་འཁོར་མང་པོ་དང་བཅས་རི་དྲགས་གཤོར་དུ་བྱུང་བ་ལ། དྲང་  
 རྩོང་དེས་རྒྱལ་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པར་གང་འདོད་པའི་ཟས་གཡོས་ནས་  
 བསྟན་བས། རྒྱལ་པོས་དྲང་རྩོང་ནགས་ན་གནས་པ་ཞིག་ལ་འདི་འདྲའི་ཟས་  
 ལུན་སྐྱུ་མ་ཚོགས་པ་གང་ལས་བྱུང་བརྟགས་པས་འདོད་འཛའི་བ་ཡོད་པར་  
 ཤེས་ནས་བ་དེ་ཕྱོག་ དྲང་རྩོང་བསད་ནས་ལུ་བརྒྱ་རྩམ་རྒྱུང་ཅུ་ནགས་སྐྱུ་  
 རྩོས་པ་དེ་ཆེར་སྐྱེས་པ་ན་རྒྱལ་པོ་སྟེ་ཅན་བྱས་པ་མི་བཟོ་བ་གཏུམ་པོ་བན་  
 པ་འདིས་ཉེས་པ་མེད་པར་བདག་གི་པ་དྲང་རྩོང་བསད། བ་ཕྱོག་ བདག་  
 རྒྱུང་ཅུ་ནགས་སྐྱུ་སྐྱུ་གས་ནས་སྐྱུ་ག་བསྐལ་བར་བྱས་སོ་སྐྱུ་མ་དུ་དྲང་རྩོང་གི་  
 རྒྱུ་ཁྱེ་ས་འཁོར་བསྐྱབས་ནས་ས་སྟེང་གི་མི་མང་པོ་བྱན་དུ་བཀོལ་ཏེ་དག་ལྷ་  
 དང་འཐབས་ནས་རྒྱལ་པོའི་ལག་པ་སྟེང་ཡོད་པ་དག་སྐྱུ་ས་བཅད་ཅིང་བསད་  
 དེ་རྒྱལ་པོ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་རྒྱུད་ཅིག་སྟེ་དུས་བྱུང་ཅུས་ཉམས་པར་བྱས་  
 སོ། །དེའི་རྗེས་སྐྱུ་འད་ད་ཤ་ར་ཐ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྟ་བུ་བའི་པ་མ་མ་གཏོགས་

པ་རྒྱལ་རིགས་ཐམས་ཅད་བསད། དེ་ལྟར་ས་སྤེང་གི་རྒྱལ་རིགས་ཐམས་ཅད་  
ཁ་བཏགས་པ་ལན་གསུམ་བྱས་ཞེས་གྲགས་ཏེ། འདི་བྱལ་འཇུག་གི་འཇུག་  
པ་བརྩ་ལས་རྣམ་ཆ་གཉིས་ཀྱི་ཡ་བྱལ་འཇུག་པ་བྱག་པ་དག་སྟེ་རྣམ་ཆ་ཞེས་  
བ་དེ་ཡིན་ནོ། །བྱལ་པར་འཕགས་བསྟོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཤེས་རབ་གོ་ཆས་མཛད་  
པ་ལས། སྤང་སྟོང་ཇ་སྟེ་དགྲི་ཞེས་བྱ་བ། དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ནགས་ན་གནས་པ་  
དེའི་ཚུང་མ་བརྩལ་ཞུགས་ཅན་མ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་དང་ཚུལ་བཟང་པོ་ཅན་ཡིན་  
པས། མེ་རྟོག་འཐུར་སྟོང་ཆེ་ཤིང་ནམས་རང་ཉིད་ལ་འདུད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་  
ཡོད་པ་དེའི་བྱ་རྣམ་ཆ་ཞེས་པ་དཔལ་ཞིང་དཀའ་ཐུབ་དང་ལྡན་པ་ཡོད་དེ།  
དེར་རྒྱལ་པོ་སྤིང་སྟུབ་བརྩོན་ཞེས་བྱ་བ་ལག་པ་སྟོང་ཡོད་པ་ཞེས་སུ་གྲགས་  
པ་ཞིག་གནས་དེར་བྱིན་པ་ན། སྤང་སྟོང་དེའི་འདོད་འཛའི་བ་ཞིག་ཡོད་པ་  
སེར་བའི་སྐྱས་སྐྱག་པ་ལ། རྒྱལ་པོ་སྤིང་སྟུབ་བརྩོན་གྱིས་སྤང་སྟོང་མེས་བྱིན་  
ལ་འདི་ཅི་ལ་སྐྱག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དྲིས་པ་དང་། སྤང་སྟོང་དེ་ལ་རྩལ་འཐབ་  
པ་ལ་དགའ་བས། འདི་ནི་སྤང་སྟོང་ཇ་སྟེ་དགྲི་བྱ་རྣམ་ཆ་ཞེས་པའི་འཕྲོང་  
སྟོབ་པའི་གཞུ་རྒྱུད་བདེ་བ་པ་ལ་སྐྱག་གོ། །བྱ་འདི་ནི་དཔལ་ཞིང་འཕྲོང་གི་གནས་  
ལ་མཁས་པ་སོགས་ངན་སྟོང་གི་རིགས་དགའ་བྱེད་དེའི་ལ་རྩལ་གཞོན་པའི་  
བསྐྱགས་པ་བཟོད་པས། རྒྱལ་པོ་དེས་དེ་ལ་ཐུག་དོག་སྟེས་ཏེ། འཐབ་པར་  
འདོད་པ་དེའི་གནས་སུ་སྟོང་བས་ཚུང་མ་བརྩལ་ལྡན་མ་རྒྱལ་པོ་ལ་ཡིད་ཆགས་  
པ་དང་། དེ་ལན་ཆད་དེ་ལ་ཤིང་ནམས་འདུད་པར་མི་བྱེད་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་

ནས་རྒྱལ་པོས་འདྲོད་འཛིའི་པའི་བེའུ་ཕྱོག་ དགའ་བྱེད་པས་མ་གཏན་ལ་  
གནས་པའི་སྤྲོད་དུ་སྒྲུལ་གྱི་རོ་ཞིག་བསྐྱར་ནས་སོང་ངོ་། །བརྒྱལ་ཞུགས་ལྷན་  
མའི་གནས་རྒྱལ་དེ་དྲང་སྤྲོད་རྩ་མད་གྱིས་བསམ་གཏན་སྟོབས་གྱིས་ཤེས་ནས་  
ཁྱོས་ཏེ། དགའ་བྱེད་ལ་འདིའི་མགོ་བོ་ཚད་ཅིས་སྒྲུས་མ་ཐག་དུ་པའི་བཀའ་  
བཞེན་དེའི་མགོ་བོ་བཅད་ངོ་། །པ་མཁུ་ནས་ཁྱེའུ་ལ་མཚོག་སྤྲོངས་ཤིག་བྱས་  
པ་དང་། བདག་གི་མ་འཚོ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅིས་སྒྲུས་པས་དེ་འཚོ་བར་གྱུར་  
ཏོ། །དེ་ནས་བེའུ་ཕྱོག་པའི་འཁོན་གྱི་རྒྱ་དེས་དགའ་བྱེད་ཀྱི་བདག་གིས་  
འཛིག་རྟེན་ན་རྒྱལ་རིགས་གཅིག་གྱུར་མེད་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས།  
འཕོང་ལེགས་པར་བསྐྱབས། འཕོར་བསྐྱས་ཏེ་ནམ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་སྤྲོད་  
སྒྲུབ་དང་གཡུལ་བཀྱིས་པས་དེ་ལ་ལག་པ་སྤྲོད་ཡོད་པ་དག་སྐྱས་བཅད་དེ་  
ཐང་ལ་ལྷུང་བར་བྱས། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་ཡི་མདས་འཛིག་རྟེན་དུ་རྒྱལ་  
རིགས་རྣམས་ཅུད་ནས་བཅད་ངོ་ཞེས་བཤད་པ་འདི་ལོ་རྒྱུས་དག་གོ་སྒྲུལ་མོ། །  
དགའ་བྱེད་དག་སྐྱ་ཅན་དེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འང་ཟེར། ལན་ཉེར་  
གཅིག་གི་བར་དུ་ཡང་ཟེར་ཏེ། མདོར་ན་རྒྱལ་རིགས་མཐའ་དག་བརྒྱལ་ས་  
པར་བྱས་ཏེ། ཀུ་རུ་ཁྱེ་ཅ་ཞེས་པའི་འོབས་དབག་ཚད་འགའ་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་  
ཁྲག་གིས་བཀའ་བས་པ་མེས་ཀྱི་མཚོད་སྒྱིན་བྱས་ནས་ས་ཚེད་པོ་མཐའ་དག་  
རང་དབང་དུ་བྱས་པར་བཤད་ངོ་། །རྩ་མ་དགའ་ཐུབ་པ་ཡིས་གྱུར། །འབྱུང་  
པོ་འཛིན་མ་འདི་ལས་རྒྱལ། །ཞེས་ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་སྐུ་བས་སུ་བཤད་

པ་ཡང་གཙོ་བོར་དང་སྤྲོད་གི་བྱ་དགའ་བྱེད་འདིའོ། །འདིར། རྒྱལ་རིགས་  
རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་མཐའ་དག །སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཉམས་པར་བྱས། །ཞེས་པ་  
འདི། རྩོམ་གྱི་འགྲེལ་པར། རྒྱལ་སྤྱི་ལྷན་མ་མེད་པས་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་  
ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚན་སྐད་ཅིག་སྤྱི་དུས་ཐུང་དུས་འབྲེལ་དུ་ཉམས་པར་བྱས་  
སྟེ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

དེ་འདྲ་དག་སྐྱ་རྣམས་ལ། གཞན་འགའ་ཞིག་གིས་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
གསུངས་པས། རྒྱལ་མཐའ་དག་གི་དོན་ཡིན་པར་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀར་  
བཤད་ཅིས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སི་ཏུ་ཚོས་འབྱུང་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་སྟོབ། སྟོམ་རག་  
པ་ཀུམ་ཚེད་བང་དཔལ་འབར་གྱིས་འགྲེལ་བཤད་བྱ་རམ་གིང་གི་ཕྱོན་པར་  
འབྱུང་བཅོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཁམས་འགྲེལ་དུ་གསུངས། འདི་ནི་འབྱུང་བཅོས་  
ཉིས་པ་སྟེ། རྒྱལ་ལྷན་མ་མེད་པའམ་མཐའ་དག་གི་དོན་དུ་བཤད་པ་ནི་རྒྱལ་  
ཞེས་པའི་སྐྱ་དོན་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་འདྲའི་རྒྱལ་ཞེས་པ་དག་སྐྱ་རྣམས་  
གཞན་དེ་འདྲའི་མིང་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་ཞེས་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་དངོས་སུ་འདི་  
རྒྱལ་རིགས་ཉམས་པར་བྱེད་པ་པོར་གསལ་བཞིན། མཐའ་དག་རྒྱལ་རིགས་  
ལ་མར་སྐྱར་ན་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀར་མི་འགྲིག་སྟེ། རྒྱལ་ལ་རྣམ་དཔེ་གསུམ་  
པའི་རྒྱ་བྱིན་པས་རྒྱལ་ཁ་ཞེས་ཡོད་པས་བྱེད་ཆོག་སྐྱར་བ་དོན་མེད་དུ་སོང་བས་  
ཆོག་དང་འགལ་བ་དང་། གསལ་བྱིར་གཞན་དག་སོགས་གསུངས་པས་འདི་  
དོན་གསལ་བའི་དག་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། རྒྱལ་ཞེས་པ་བྱ་ཡུལ་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་

སྒྲེགས་མཐའ་དག་ཅེས་སྒྲུབ་ན་སྒྲུས་ཉམས་པར་བྱས་པའི་བྱེད་པོ་མི་གསལ་  
བས་དོན་གསལ་བ་མིན་པའི་ངག་དོན་མ་རྫོགས་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གསལ་ཕྱིར་ཞེས་པ་དོན་གསལ་བ་ལ་མི་འཆད་པར་སྒྲིག་དངས་གསལ་བར་  
འདོད་པ་ལྟར་ན་ཡང་དོན་མི་གསལ་པའི་སྒྲོན་སོན་གནས་སོ། །དག་སྒྲུ་རྩ་  
མའི་མིང་ལ་འདྲ་བ་ཞེས་མཛོན་བརྗོད་ཀླམས་ཀྱི་སྒྲིག་ཅིག་དོན་མངགས་སྒྲུབས་  
སྒྲུབ་པར་རང་གཞན་གཉིས་ཀས་ཁས་ལེན་པས་ན། འདི་སྒྲུབས་འགྱུར་  
སྒྲུ་མ་ཉིད་ལེགས་པར་བརྒྱུད་དགོས་སོ། །

སྒྲུབས་འདིའི་དཔེར་བརྗོད་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྒྲུ་མ་དག་གིས། དམ་པ་བདག་  
དང་གཞན་པོ་ལས་ལ་དགའ། །ངན་པ་ཆང་དང་དགའ་མ་དག་ལ་དགའ། །  
མ་བྱ་འབྲུག་སྒྲོལ་སྒྲིབ་འཕྲིག་ལ་དགའ། །སྒྲེབས་སྒྲོལ་སྒྲེབས་པ་བཟའ་  
བཏུང་མེ་ལ་དགའ། །ཞེས་རྒྱུར་པ་སྒྲུ་མ་གཉིས་སྒྲོ་བ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ཤར་  
པའི་དཔེར་བཤད་དོ། །སྒྲུ་མ་གཉིས་ལ་ཡིག་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ནི་བྱུགས་ལ་  
ཐོན་པ་སྒྲེད་བྱངས་ཀྱི་ངེས་པ་དགོས་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུབས་འདིར་བོད་  
ཀྱི་ཡི་གེའི་འཇམ་རྩུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་མདོར་བསྒྲུས་བརྗོད་ན། བོད་ཀྱི་ལྷགས་  
ལ་ཀྱ་ལི་སྒྲུམ་རྩུ་ལས། འབྲུག་པོ་སྒྲུ་སོགས་དང་། ཕྱིར་ལོག་ཏུ་སོགས་དང་  
རྒྱ་མེད་ཀྱང་འདི་དག་གི་སྒྲིག་དངས་རྒྱ་རྩ་རྩ། འཕྲ་འདྲ་སྒྲིན་ཀྱ་མཁས་  
དང་འདྲ་མོད། འོན་ཀྱང་རྩ་ནི་ཅ་དང་རྩུང་མི་འདྲ་སྒྲེ། དེ་ལས་མཆུ་ཡི་བྱེད་  
པ་བྱུགས་ཆེ་ཞིང་ཡ་མཆུ་བྱར་དུ་འགོབས་པ་ལྟར་སྒྲིག་དབྱང་དགོས་སོ། །རྩ་

ནི་སྤྱེལ་དག་ཞེས་འདོད་ཅིང་། ལྷ་ནི་ཀྱེད་མི་འདྲ་བ་མེད་ལ་ཁ་ཅིག་ཁྱེད་འདྲ་བར་འདོད། རྒྱ་སྐད་ལ་མེད་པ་ཅ་ཆ་ཇ་ཞ་ཟ་འཁྱམས་ཅ་ཇ་ཤ་ས་ཞ་ཁྱམས་དང་མཚུངས་པར་གྱུར་བས་ན། ཀ་ག་ང་། ཅ་ཇ་ཉ། ཏ་ད་ན། བ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཤ། འ་ཡ་ར་ལ་ཞ་ནི་ཤུ་ནི་ཞོག་ཆུང་དང་སྤྱེལ་དོ། །ཁ་ཆ་ཟ་ཟ་ཆ་ཞ་ཟ་ཤ་བཅུ་ནི་ཞོག་ཆེན་དང་སྤྱེལ་ལོ། །ཞོག་ཆུང་ཡིན་ཡང་ར་མགོ་ས་མགོ་ལ་མགོ་ལྟན་པ་དང་། ཡ་སྟ་ར་སྟ་ཡོད་ན་སྤྱེལ་ལྟན་དང་ཕྱོགས་འདྲ་ན་ཞོག་ཆེན་ལ་དེ་དག་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི་སྤྱོས། འཕུལ་འཕྲག་ལ་ཡང་ཞོག་ཆེ་ཆུང་ཐུད་པའི་དབང་གིས་སྤྱེལ་གསལ་ཆེ་ཆུང་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། འཕུལ་འཕྲག་ཡོད་པའི་མགོ་ལྟན་འདོགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་ཡི་གེ་དུ་མ་ཚོགས་པ་སྤྱེལ་ཆེ་ཆེན་ཤིན་ཏུ་ཕྱི་བཤམ་རྩལ་པར་འགྱུར་རོ། །དེར་ཡང་ཞོག་ཆེ་ཆུང་འཕྲད་ཚུལ་གྱི་དབང་ལས་སྤྱེལ་གདངས་དྲག་ཞན་དུ་འགྱུར་བའང་དྲགས་འཕྲག་ལས་གསུང་བ་ལྟར་མོ་མོ་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་འཕྲད་ཚུལ་ལས་སྤྱེལ་དྲག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་འགྱུར་བ་ཁྱམས་གྱི་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་མོད། སྤྱེལ་གདང་ཡིན་ཡང་རང་གི་ཁམས་བརྗོད་པའི་ཆོག་དངས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་ཕྱོད་བས་ཤེས་ལ། གང་བརྗོད་དཀའ་ཞིང་སྤྱེལ་ཆེ་བ། བསྐྱགས་སྐྱག་བསྐྱོད་བསྐྱན་དཀྱུགས་བསྐྱད་སྤྱིན་བསྐལ་བསྐལ། བསྐྱིབས་དགེས་བསྐྱབ་སོགས་དེ་འདྲའི་རིགས་ཅན་ཤིན་ཏུ་རྩལ་བཤམ་ཕྱི་བདད། ལམ། གང་། འང་། ཡང་། ཉིམ། གཤམ། ལྷ་བ། ངང་བ། བམོ་ལྷ་བུ་སོགས་སྤྱེལ་ཤིན་ཏུ་འཇམ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །



ཏུག་པ་དོན་གསལ་བ་ཡི་ཡོན་ཏན་ནི། བཟོད་བྱའི་དོན་འབད་པས་བརྟགས་  
 མི་དགོས་པར་བདེ་གྲུག་ཏུ་གེས་ཀྱིས་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་དཔེ་ནི། འཕྲོག་བྱེད་  
 དེ་ཁྱབ་འཕྲུག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། འོག་གི་ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་དག་རྒྱ་མཚོའི་ནང་  
 ཏུ་མར་རྒྱབ་པར་འཆར་བ་ན། ཁྱབ་འཕྲུག་ཕག་ཆེན་པོར་སྒྲུལ་ཏེ་རང་གི་མིག་  
 བས་བརྩིས་པས་རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་གྲུ་དང་རྩ་མིན་ལ་སོགས་པའི་ལྷས་བཅད་  
 པའི་གྲུ་རྩ་མས་ཀྱི་ཁྱག་གིས་དམར་བ་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པའི་རྩ་ཡི་གཏེར་ལས་གྱེན་  
 ཏུ་གྱུར་ནས་ས་གཞི་རྒྱ་མཚོ་ལ་མི་རྒྱབ་པར་བཏེག་པར་བྱས་སོ། །ཞེས་ཁྱབ་  
 འཕྲུག་གི་འཕྲུག་པ་གསུམ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་གྱུར་བ་སྟེ་འདི་ནི་རག་དོན་  
 གསལ་བ་སྟེ་པས་འདོད་པའི་དཔེའོ། །ཤར་པ་ལྷར་ན་ཕག་པ་ལྷས་ཆེན་པོ་  
 དག་གིས་ས་གཞི་འདི་རྩ་གཏེར་དམར་པོ་དག་ལས་གྱེན་ཏུ་གྱུར། ཞེས་པ་  
 འདི་རྩ་བུ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པའམ་བཟོད་པ་ནི་རྒྱ་མཚོ་དམར་པའི་རྒྱ་མཚོན་བྱང་  
 འགྲོའི་ཁྱག་ཡིན་པ་དངོས་སུ་མ་བཟོད་པས་རྩ་གཏེར་དམར་པོ་ཡིན་པ་ཅི་  
 ཡིན་སྟུམ་ཏུ་བརྟག་དགོས་པ་ཉིད་དོ། །ཁམས་འབྲེལ་དུ། ཀླང་པ་གསུམ། རྩོ་  
 ཤར་གཉིས་ཀས་འདོད་པ་དང་། རྩོ་མ་གཉིས་ཀས་མི་འདོད་པའི་དཔེར་གསུངས་  
 ཀྱང་རྩོ་མ་ཤར་པས་འདོད་རྩལ་ཡིན་ཡང་མི་རུང་བ་མེད་དོ། །རྩོ་ཤར་གྱི་ལམ་  
 བེ་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཡང་བཟོད་རྩལ་མི་ལེགས་པས་རི་ལྷར་བརྟགས་ཀྱང་དོན་  
 དེ་རྟོགས་པའི་སྒྲུལ་བཟང་དང་མི་ལྟན་ཞིང་། ཟོད་བྱེད་སྒྲུལ་ཡི་རྩལ་ལམ་ལྷགས་  
 ལས་འགོངས་ཏེ་ཐོན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི། མི་མཁས་པའི་སྒྲིན་ཏེ་དེ་འདྲའི་

དོན་སྟོན་མི་རྣམས་པམ་བཟོད་པ་འདི་འདྲ་བ་ལམ་ཆེར་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
བདུན་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ནི། རག་སྦྱོར་གང་དུ་བཟོད་བྱ་འགའ་  
ཞིག་བཟོད་པ་ལ། དེར་གཞན་ལས་བྱུང་འཕགས་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་  
པར་རྟོགས་རྣམས་པའི་དག་དེན་རྒྱ་ཆེར་བཟོད་དེ། རྒྱ་ཆེའི་རྒྱན་དེའི་སྟན་རག་  
གི་ལམ་ཀུན་མཛེས་པར་བྱེད་པས་ན། བཟོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཡི་  
སྟན་རག་གི་ལམ་ཀུན་མགོན་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་དཔེ་གསུངས་པ།  
སྟོར་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་པའི་དབང་གིས་སྟོར་དུ་རེ་བའི་མིག་ལན་གཅིག་  
ཅམ་དུ་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་ལྟུང་བ་སྟེ་བལྟས་པ་ལས་ལྟ་ཅིག་ཅམ་པོས་  
ནས། གནས་སྐབས་གཅིག་དུ་དེ་ཡིས་སྟོར་སྦྱོན་པ་པོ་གཞན་ཀྱི་གདོང་ལ་  
སྟོར་བའི་མིག་གིས་ལྟ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་མཆོན་པ་ཉིད་  
ཀྱི་ཆོག་འདི་ལ་ནི། རྒྱལ་པོ་དེ་གདོང་བ་བྱུང་འཕགས་ལེགས་པར་མཆོན་རྣམས་  
པའི་ཉམས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ལམ་འདི་ཉིད་བཟོད་ཚུལ་གྱིས་མཆོན་ནས་གཞན་  
དཔའ་བ་དང་མང་ཐོས་སོགས་ཀྱང་འདི་དང་རིགས་པ་མཚུངས་པས་དཔག་  
པར་བྱའོ། །འདི་ནི་ལྟ་ཤར་བྱན་མོང་པས་འདོད་དོ། །ཡང་བསྟག་པར་འོས་  
པའི་བྱུང་བར་གྱི་ཆོས་དང་ལྡན་པ་ཅམ་བཟོད་པ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་ཤར་བྱོགས་པ་  
སོགས་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་དོ། །དཔེར་ན། གང་དུ་དགའ་ཞིང་རོལ་པའི་  
ཚུ་སྦྱེས་ཀྱི་ཆལ་དང་། ཟེ་དགའི་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་མཆོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་།  
གསེར་གྱི་རྒྱན་དང་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པས། ཁོར་བུའི་རྩ་ཡལ། རིན་པོ་ཆེའི་

སྒྲུབ་ལུ་འབྲུངས་པ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །སྒྲིབ་བསྐྱེད་  
བྱ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་བསྐྱེད་པ་དེ་མཚར་སྒྲུབ་ཞིང་། དེ་ཡང་བརྗོད་  
ཚུལ་ཉམས་དང་ལྷན་པས་ཆེས་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོན་ཏན་ཆུང་བྱ་བསྐྱེད་  
རིན་མི་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་བརྗོད་ཚུལ་མཁས་ན་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོར་མཚོན་  
ནས་མཛེས་པ་འདྲ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། སྒྲོ་ལྷན་ལེགས་བཤད་ཚོལ་བས་མི་  
ངོམས་པ། །མཚར་མོད་ལན་བརྒྱར་བཤད་ཀྱང་མི་གོ་བ། །འདི་ཉིད་ད་དུང་  
ལེགས་བཤད་ཐོས་པ་ལ། །དག་འཁོར་འདུན་པ་མི་འདོར་ངོ་མཚར་ཆེ། །ཞེས་  
པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྒྱད་པ་བརྗོད་པ་ཡི་ཡོན་ཏན་ནི། རྣམ་དབྱེ་སྐྱེད་པ་སྐྱེས་པའི་ཆོག་སྐྱེད་  
མང་པོ་ཅན་ཉིད་དེ། འདི་ནི་བྱད་པར་དུ་ཆོག་ལྷག་པ་དག་གི་གསོས་ཡིན་ལ།  
ཆོག་སྐྱེད་བཅད་ལ་འདྲ་སྒྲོ་སྐྱེད་པ་མིན་པ་ཤར་བ་ནི། འདི་ཉིད་གཅིག་ལྟ་བུར་  
གྱི་མཚོག་ཏུ་བཞེད་དོ། །དེ་ལ་ཡང་ཡི་གེ་ལྟེ་བ་དང་ཡང་བ་རྣམས་རེས་ལྟེ་བ་  
མང་ཞིང་། རེས་ཡང་བ་མང་བ་དང་། རེས་ལྟེ་ཡང་ཉུང་བ་ཉིད་སྒྲེལ་བ་རྒྱ་  
མཚོའི་རྒྱབས་ལྟར་མཐོ་དམན་གྱི་ནི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་ནི་ལྷག་པའི་རག་བརྗོད་  
པ་དང་ལ་སྐྱེད་པས་ཆོག་སྐྱེད་བཅད་རྣམས་ལ་འདྲ་བུས་པར་མཐོང་དོ། །རི་  
ལྟར་ན། ལ་སྐྱེ་མེསྐྱེ་ཀེ་བེ་སྐྱེ། །ས་མེསྐྱེ་རྩྱེ་མེསྐྱེ་སྒྲ། །བྲི་ན་སྐྱེ་མེསྐྱེ་རྩྱེ་  
ལྟ། །ཀུའེ་སྐྱེ་བེ་སྐྱེ་རྩྱེ་ནི། །ཞེས་པ་བརྗོད་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་ །ཆོག་སྐྱེད་  
ལ་ཡང་ཤར་བ་སྒྲོར་། །ཞེས་སོ། །ཆོག་སྐྱེད་བཅད་འདི་ཁ་སྒོ་ཡན་པའི་སྐྱེ་བ་སྒྲོར་

རོ། །འདིར་རའི་སྐད་དོད་ལ་ཨ་ལྷ་རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་བསྟུམ། མགོའི་སྐད་  
དོད་མ་ལྷ་ལ་བདུན་པ་བསྟུམ། བརྒྱ་ལྷ། ས་མ་ལྷ་ཨ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་བར་དང་།  
བསྟུ་ལས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བསྟུམ། འོད་ལ་མང་ཆོག་ཐོབ་པས་འོད་ཀྱི་སྐད་  
དོད་ཨི་ཤུ་ལ་ཞུགས་པའི་རྣམ་དབྱེ་ཨི་བསྟུམ། སྤྱི་ན་རྒྱས་པ་དང་སྟ་ན་རྒྱ་  
མའི་སྐད་དོད་གཉིས་ལ་བདུན་པ་བསྟུམ། བཞིན་ཞེས་པ་མཚུངས་པའི་ཨི་  
པ་ལ་ཆོག་སྟུང་མི་ཐོབ། སྟ་རྒྱ་དང་པ་རྒྱ་རྒྱ་དང་པ་གཉིས་ཀའི་མཐའ་མཚམས་  
སྟུ་ཆོག་སྟུང་མི་ཐོབ་པས་བཞག་ནས་གཞན་བསྟུམ་པའོ། ཆོགས་བཅད་འདི་  
ཕྱི་བ་མང་ལ་ཡང་བ་ཉུང་བའི་དཔེའོ། ཕྱི་བ་ཉུང་ཡང་བ་མང་བ་དང་། དེ་  
གཉིས་མཉམ་པའི་དཔེ་ཤུགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་སྟུ་མ་དག་གསུངས།  
ཡང་ན་རྒྱ་དང་པ་དང་པོ་ཡང་བ་མང་བའི་དཔེ་སྟེ་དེ་བཞིན་རྒྱ་དང་པ་བཞི་ཀར་སྟུར་  
ན་ཡང་བ་མང་བའི་ཆོགས་བཅད་དོ། །གཞན་གསུམ་ཕྱི་བ་མང་བའི་དཔེ་སྟེ་  
མཉམ་པ་ཤུགས་ལས་ཤེས་པར་བྱས་ཀྱང་རུང་དོ། །སྟེ་བ་སྟུར་ནི་ཕྱི་བ་སྟུ་མཐོ།  
ཡང་བ་དམའ་བ་ཡིན་པས་མཐོ་དམན་རེས་འཛོག་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་དེ་ཞར་གྱི་  
དོན་ཡིན་གྱི། གཙོ་བོ་ཆོག་སྟུང་མང་བ་ཉིད་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །  
བརྗེད་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་འདི་ལྷག་པར་མ་ཟད་ཆོགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་  
པས་འདི་ལྟར་སྟུར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྟུ་མ་འདི་ཤར་པས་འདོད་པའི་དཔེའོ། །  
ཆོགས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་ཏུ་བསྟུར་བའི་དོན་ནི། ལུ་བ་ཀྱི་ཚུགས་ཀྱི་རི་མགོར་  
ལྷང་བ་ཡི། ཚུགས་མཐའ་དག་ཉི་འོད་དམར་པོའི་མལ་སྟན་ཅན་དེ་ནི་རི་ལྟར་

ན། མཁྱེས་པ་འམ་རྒྱས་པའི་རྩ་མ་ལ་གནས་པའི་གོས་དམར་པོ་བསྐྱབས་  
 པས་མཛེས་པ་བཞིན་ལོ་རྒྱུ་ཕྱོགས་སམ་ཚུ་ལྟན་མ། ཞེས་ཉི་མ་རྒྱུ་ཀའི་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་རྩ་མ་པ་བརྟེན་པའོ། །དེ་ཡང་ལུང་མེད་རྩལ་དང་ལྟན་པ་ན་གོས་  
 དམར་པོ་འཛིན་པ་རྒྱ་གར་པའི་ཡུལ་ཚོས་སོ་ཞེས་གྲགས། གཞན་སྟོ་པ་དག་  
 ཚོགས་སྐྱད་ཡོད་པར་འདྲ་ཡང་ཚིགས་བཅད་རྩམས་ཀྱི་སྒྲེབ་སྒྲོལ་ཕྱི་ཡང་མི་མཉམ་  
 པའམ་འབྲུགས་པ་མིན་པར་སྟོམས་པ་ཡིས་མཛེས་པར་བྱས་པ་ཡི། ཚིག་  
 རྩམས་ཚིག་སྐྱད་ཅི་རིགས་དང་ལྟན་པ་བརྟེན་པར་འདོད་དེ། དཔེར་ན། པ་  
 ཡོ་རྩེ་རེ་ཉེ་འོ་རྩེ་ག་ཉི། །འདི་ཡང་ཁ་སྒོ་པན་པའི་སྒྲེབ་སྒྲོལ་ཡིན་ལ། འདི་རི་  
 ཚུ་འཛིན་གྱི་སྐྱད་དོད་པ་ཡོ་དང་ད་རྩེ་ར་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་རྩམ་དབྱེད་པོ་  
 བསྐྱས། རོས་ཀྱི་སྐྱད་དོད་ཉ་འོ་ཉ་དང་། བང་པའི་སྐྱད་དོད་སྟོ་ག་གཉིས་ཀྱི་  
 བར་ནས་དུག་པ། སྟོ་གའི་མཐར་བདུན་པའང་བསྐྱས། ཐུན་ཀྱི་སྐྱད་དོད་ལ་ཐུ་  
 དང་། མཚམས་ཀྱི་སྐྱད་དོད་སྟོ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་དུག་པ་བསྐྱས། གོས་  
 ཀྱི་ཨ་ཏས། འོད་ཀྱི་ཨྱ་ལུ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་དང་པོ་དང་། དང་གི་སྐྱད་དོད་  
 ཅ་བསྐྱས། ཨྱ་ལུ་གྲ། ཀྱང་པ་གཉིས་པའི་མཚམས་ཡིན་པས་ཚིག་སྐྱད་མི་ཐོབ་  
 པས་མ་བསྐྱས། ཟུ་ཞེས་པའི་སྐྱད་དོད་ཀྱི་ཡིག་ཀ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་ཀ་ལ་  
 དུག་པ་མ་བསྐྱས་པས་ཟུ་དངོས་ཟུ་བཞག་ གཞན་འདོད་པས་གཟིར་ཞེས་  
 པའི་སྐྱད་དོད་ཀ་མ་ཏ་དང་དུ་རི་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུབ་སྐྱས།  
 ཡིད་ཀྱི་སྐྱད་དོད་ཅེ་ཏས་ཀྱི་དང་པོ་བསྐྱས། རྒྱུ་ཕྱོགས་ཀྱི་མིང་ཚུ་ལྟན་མའི་

སྐད་དོད་པ་རུཾ་དང་བྱེད་མི་འགྱུར་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཀ་རཱི་ཉི་གཉིས་ཀྱི་  
བར་ནས་གསུམ་པ་བསྟུས། དེའི་མཐའ་རྒྱ་དང་པ་བཞི་པའི་མཐའ་ཡིན་ཞིང་།  
ཆོག་ས་བཅད་བྱི་མ་དང་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཆོམས་ཡིན་པ་དང་། དེར་མ་བྱེད་དྲང་  
མཐའ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་བསྟུ་དགོས་པ་ཡང་མེད་དོ། སྦྱིར་ཆོག་ས་བཅད་  
ནི་རྣམ་དབྱེ་སོགས་ལ་ལ་ཆེར་རང་ལུགས་ཀྱིས་ཆོག་སྟུང་ཅན་དུ་འོང་ཞིང་། ཆོག་  
ལྷག་ལ་ལྷག་པར་ཆོག་སྟུང་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ལྟོ་པའི་ལུགས་ལ་བྱས་  
ར་མཐོ་དམན་དང་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་མཉམ་ཞིང་བརྗོད་བྱའི་དོན་གསལ་བ་  
ཅན་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གོང་གི་ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་དོན། རྒྱ་འཛོན་ནམ་སྦྱིན་གྱི་ངོས་ཀྱི་ཡང་པ་ན་གནས་  
པ་དགོང་མའི་ཐུན་མཆོམས་ཀྱི་ནི་འོད་དམར་པའི་གོས་དང་ལྷན་པ། ལུ་བ་  
ཕྱོགས་སམ་རྒྱ་ལྷན་མ་འདི་ཡིས་ནི། སྦྱིས་བྱ་སྦྱ་ཡི་ཡིད་འདོད་པས་གཟིར་  
བར་བྱེད་པ་ཅིས་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ལ་ཆོག་སྟུང་མང་པ་ཅན་ལྷག་  
པའི་གསོས་སྟུ་འགྱུར་རྩལ་བཤད་ན། སྦྱིར་ཆོག་གང་ལ་ཡང་དོན་གོ་ངེས་པ་  
ལས་དགོས་མེད་ཀྱི་ཆོག་ལྷག་རྣམས་དོར་ནས་བརྗོད་ན་བརྗོད་པ་དངོས་གཅོང་  
བ་དང་། དགོས་མེད་མིན་པར་དོན་ལ་ཐོབ་པའི་རྣམ་དབྱེ་སོགས་ཀྱང་ཅི་  
རིགས་སྟུ་བསྟུ་སྟེ། རོར་སོ་ཡོད་པ་དང་དོན་གསལ་ངེས་སོགས་མི་བཞག་ཀ་  
མེད་ལས་གཞན་ཅི་རིགས་སྟུ་བསྟུ་ན་ཆོག་ཟེར་ཡང་ལ་དངོས་གཅོང་བ་ཞིག་  
འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མི་མཛེད་ཅེས་བྱ་བ་འདིར་སངས་

རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱོན་ནས་དམ་པའི་ཆོས་བསྟན་ཏེ་གདུལ་བྱ་ལམ་ལ་  
 བཀོད་ཅིང་། བསྟན་པ་རྒྱས་པར་གྱུར་ནས་འཕགས་པའི་གང་ཟག་མང་དུ་  
 བྱུང་ངོ་། །ཞེས་བརྗོད་པ་ལ། བྱོན་ནས་བསྟན་ནས་བཀོད་ནས་གྱུར་ནས་  
 ཞེས་ཆོག་པུང་ཐམས་ཅད་སྒྲག་ཅིག་ཏུ་བྱས་ན་ན་བར་མི་མཛེས་ཤིང་། རོན་  
 གོ་བ་ལ་ཡང་ལྷག་བཅས་ཤིང་སྒྲག་བརྒྱད་པས་མི་བདེ་བའི་ཞད་ཡོད་དོ། །  
 དེས་ན་ཆོག་མཐའ་དེ་དག་གོང་ལྷན་སྒྲག་དངས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་བསྐྱར་  
 བས་སྒྲོན་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་པུང་དེ་དག་བསྐྱས་ཏེ། སངས་རྒྱས་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན། ལམ་ལ་བཀོད། བསྟན་པ་རྒྱས་པར་མཛད་  
 པས། འཕགས་པ་མང་དུ་བྱུང་ངོ་ལྷ་བྱ་བྱས་ན་ཆོས་བསྟན། ལམ་ལ་བཀོད་  
 སོགས་གཅོད་མཚམས་ཐ་དད་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྷན་ན་རོན་གོ་བ་ལ་  
 བྱད་མེད་ཀྱང་སྒྲ་ཚོར་ཡང་ལ་མཛེས་པར་འགྱུར་བ་འདིས་མཚོན་ནས་ཆོག་  
 སྒྱུད་དུག་བཤད་པ་ཅི་རིགས་སུ་སྐྱར་ཏེ། རོན་གོ་བ་ལ་བྱད་མེད་ན་ཆོག་  
 མང་པོ་རྣམས་ཅི་རིགས་སུ་བསྐྱེད། བར་གྱི་མཚམས་སྒྱུར་ཆོག་པུང་རེ་རེ་  
 ཅམ་བཞག་ན་ལེགས་མོད། གནས་འདི་ལ་ཁ་ཅིག་རྟོག་དཔྱད་གཞུག་མཚུང་  
 བར་འདུག་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་དེའི་རོན་རགས་པ་གོ་ཡང་ཞིབ་པར་མ་དབྱད་  
 པ་དང་། དེའི་རྣམ་གཞག་གལ་ཆུང་དུ་བྱས་ཏེ་གསལ་བར་བརྗོད་པ་སྒྲར་ཡོད་  
 བར་མ་མཐོང་ཡང་འདིར་གསལ་བར་བརྗོད་པ་འདི་སྒྲན་རག་མཁན་ལ་མན་  
 དག་ཅིག་བདག་གིས་འདོམས་པ་ཡིན་པས་སྒོ་ལྷན་རྣམས་དགའ་བར་གྱིས་

ཤིག དེར་མ་ཟད་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་མཐའ་ལྟག་བཅས་ཀྱི་ཉེ་སྒྲིལ་གསལ་  
དང་། རྣམ་དབྱེ་གཅིག་གི་སྒྲིལ་ལྟུངས་པ་སོགས་ན་བར་མི་མཛེས་ཤིང་།  
རྒྱུ་ལོ་ལོ་མཐའ་ཡི་གོ་གཅིག་མ་ཡིན་པར་སོ་སོ་དང་། དབྱངས་དང་།  
སྒྲིལ་གསལ་གྱང་སོ་སོ་བར་གྱུར་པ་ལལ་ཆེར་བརྗོད་པ་མཛེས་པར་མཐོང་ལ།  
རྒྱུ་ལོ་ལོ་མཐའ་འདྲ་བར་ཆེད་དུ་སྒྱུར་བ་འགའ་ཞིག་བསམ་བཞིན་དེ་  
ལྟར་བྱས་པས་དོན་གྱིས་མི་མཛེས་པ་ཆེར་མེད་པའང་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་ཞིབ་  
ཏུ་དབྱངས་ཚིག་གོང་འོག་བྱེད་ཚུལ་གྱི་གོ་རིམ་དང་། འཚད་ཚུལ་དང་། བརྗོད་  
ཚུལ་ལ་གོ་བདེ་མི་བདེ། དོན་སྟོན་མི་སྟོན། སྟོན་མི་སྟོན་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་  
ཐུགས་སྒྲིལ་པས་པས་གར་ཡོད་ཀྱང་མཛོད་གསལ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་རྣམས་པར་དབྱངས་  
ལོ་ས་པོན་འདིས་མཚོན་ནས་སྒྲིལ་ལྟར་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
དགུ་པ་མཛེས་པ་ཡི་ཡོན་ཏན་ནི། རི་ལྟར་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་འཛིག་རྟེན་ཐ་སྙད་  
ཀྱི་དོན་དུ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་འཛིག་རྟེན་ཀྱི་དོན་དག་ལས་མ་འདས་  
པས་སྒྲིལ་བོ་མཁས་མོངས་རྒྱན་ལ་འཐད་ཅིང་མཛེས་པ་སྟེ་རན་པར་སྒྲིལ་བའོ། །  
འདི་ནི་དཔེར་ན་བརྗོད་བྱ་ལ་ཏ་ཅང་འབྲེལ་མི་ཆགས་པའི་བརྗོད་པ་དང་།  
སྒྲིལ་བྱ་ལའང་སྒྲིལ་པ་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བས་སྒྲིལ་ཆེས་ན་འཛིག་རྟེན་པའི་  
སྒྲིལ་བོ་གཞན་དག་གིས་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ཐབས་མེད་པར་ཤེས་ནས་སྒྲིལ་བོའི་  
ཞེ་འདོད་ཀྱི་གཏམ་དོན་ལ་མི་གནས་པར་འཛིན་ཅིང་རྣམས་མི་འབབ་པ་ཡིན་  
པས། འོས་ཚོད་དང་བསྟུན་ཉེ་བརྗོད་པ་མཛེས་པ་བཞིན་ནོ། །མཛེས་པ་དེའང་



ཕན་ཚུན་འབེལ་བའི་གཏམ་གྱི་མདོན་པར་བརྟེན་པ་དང་། ཡུལ་གང་ཡང་  
 རུང་བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་འདྲ་སྒྱུར་ཏེ། གཞན་  
 གྱི་རྒྱ་བར་མཛེས་པ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །གཏམ་ཞེས་པ་སྟོན་བྱུང་གི་གཏམ་གྱི་  
 སྟོན་པ་བརྟེན་པ་ལ་བཤད་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །དང་པོ་གཏམ་ལ་སྒྱུར་བའི་དཔེ་  
 བརྟེན་ནི། དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཁྱོད་འདྲ་བ་ཡི་ཞབས་ཀྱི་རྩལ་ནི་གཙང་མ་  
 དག གནས་གང་དུ་ཡང་དག་པར་བཏབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་ནི་རེས་  
 པར་བྱིམ་ཡིན་ཏེ་དགོ་བའི་བྱིམ་དུ་གྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་བྱིམ་བདག་གིས་  
 དཀའ་ཐུབ་པ་ལ་གཏམ་དུ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་དུ་བྱས་པའོ། །བསྐྱེད་པར་སྒྱུར་  
 བ་སྟོན་མེད་པའི་ལུས་ཅན་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། ལག་པའི་འཁྲི་ཤིང་གཉིས་པོ་འདྲི་  
 བར་དག་ཏུ་བྱ་མ་ཆེ་ཞིང་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་འདི་དག་གིས་གོ་སྐབས་རྟེན་པར་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་སྒྲུབ་མོ། །ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་དཀའ་ཐུབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 དང་བྱ་མ་རྒྱས་པའི་བྱུང་བར་ཉིད་བརྟེན་པ་ཡིས་དེའི་དོན་གོ་བར་ལེགས་པར་  
 སྒྱུར་བ་དེ་དག་དེ་ལྟར་སྟོན་པ་ཉིད་ཡིན་པས་འདི་གཞན་ཐུན་མོང་བའི་ལུགས་  
 ཀྱི་རྗེས་སུ་ནི་འདུག་པ་སྟེ་གཤམ་ཚོད་ལས་མ་བཟུལ་བས་སྒྱུ་བོ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་ཡིད་རོལ་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་གཞན་གཤམ་ཚོད་ལས་ནི་འདས་  
 པར་ཤེས་བཞིན་དུ་ཏུ་ཅང་ཡང་བརྟེན་འདོད་ཀྱིས་འདི་གཞན་གཤམ་པ་ལས་  
 བཟུལ་བའི་བྱུང་འཕགས་ཀྱི་དོན་གང་ཞིག་ཚིག་རྒྱབས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བཞོད་  
 པར་གྱུར་བ་དེ་ཡིས་བྱུང་འཕགས་བརྟེན་པའི་ཚིག་ཉམས་ལ་མ་ཁམས་པ་རྣམས་

ཤིན་ཏུ་ནི་ཚིམ་པར་འགྱུར་ཡང་། ཅིག་ཤོས་འཛིན་རྟེན་གྲགས་ཚོད་འབའ་  
ཞིག་ལ་ཞེན་པའི་བྱིས་པ་དག་ནི་ཚིམ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་དཔེར་གཏམ་ལ་  
སྦྱར་ན། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྱིས་འདྲི་ནི་ལྟ་ཡི་བྱིས་བཞིན་བསྟེན་  
པར་འོས། དེ་ཅིའི་བྱིར་ན་དཀའ་ཐུབ་ཐུང་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་རུལ་ལྟར་བ་ཡིས་  
ཉེས་པ་དག་ནི་མ་ལུས་པ་བཀྲམ་གིང་བཀྲ་གིས་པར་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་  
དང་། བསྐྱུག་པ་ལ་སྦྱར་བ། མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་འདི་ལྟ་ཐུང་ནམ་པར་  
རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་འདི་སྟོན་ཀྱི་དུས་སུ་ཇེས་པར་མ་བདུག་པར་བབ་ཅོལ་དུ་  
བྱེད་པོ་ཚངས་པ་ཡིས་ནམ་མཁའ་དག་ནི་རྒྱ་ཆུང་དུར་སྦྱུལ་པ་བྱས་སོ། །ཞེས་  
རུ་མ་མི་ཤོང་བས་ནམ་མཁའ་ད་ལྟའི་འདི་ལས་ཆེ་དགོས་པར་བརྟེན་པ་འདི་  
ལྟ་ཐུན་ཉ་ཅང་འཛིན་རྟེན་གྲགས་ཚོད་དང་སྦྱང་ཚད་ལས་བརྒལ་ཏེ་བརྟེན་  
པ་འདི་ལྟ་ཐུག་ཤིང་བ་ཡི་ལུགས་ལས་ལྟག་པར་མཛེས་པར་བརྟེན་ཅིང་། དཔེར་  
བརྟེན་ཀྱི་འཇུག་པ་སྣ་མ། གཞན་ཀྱི་ནི་ཞེས་པ་སྟོ་བ་ཡི་སྟོན་དག་གི་ལམ་  
ལ་སྟོང་པོ་ཉིད་དུ་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་གྲགས་ཚོད་དང་མཐུན་པ་དང་གྲགས་  
ཚོད་ལས་བརྒལ་པའི་དཔེ་བརྟེན་བཞི་ཀ་སྦྱིར་སྟོ་གར་གཉིས་ཀས་བཞེད་ཀྱི་  
ལུགས་སོ་སོ་བཞིན་ཞིང་། གྲགས་ཚོད་དང་མཐུན་པ་སྦྱིར་བཏང་དང་། ཉ་  
ཅང་ཁྱོད་འཕགས་བརྟེན་འདོད་ཀྱིས་གྲགས་པ་ལས་བརྒལ་གྱིང་སྟོན་དག་  
གི་ལུགས་ལ་སྦྱོན་མེད་པའི་དམིགས་བསལ་ལྟ་ཐུ་ཡིན་ན་ཡང་གྲགས་ཚོད་  
མཐུན་པ་གཙོ་ཆེར་སྦྱིར་བ་སྟོ་བ་དང་། གྲགས་ཚོད་ལས་བརྒལ་ཏེ་བརྟེན་

པ་གཙོ་ཆེར་བྱེད་པ་ཤར་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་སྒྲུབས་འདིར་མ་  
ཟད་སྒྱུར་པ་སོགས་གང་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབས་སྤྱུང་སྒྱིར་བཏང་དང་  
དམིགས་བསལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཅི་རིགས་པར་གོ་དགོས་སོ། །

བརྩུ་བ་ཉིང་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ནི། དངོས་པོ་གཞན་གྱི་ཆོས་གང་  
ཡིན་དེ། ཆོས་ཙན་གཞན་དག་ལ་འཛིན་ཉེན་གྲགས་ཚོད་ཀྱི་མིང་ཇི་ལྟར་  
བརྗོད་པ་དེ་ཡི་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱུང་བྱངས་ནས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འདུང་མིང་  
དེ་ཡིས་བརྗོད་པས་ཆོས་ཙན་དངོས་པོ་དེ་དང་གཞན་གྱི་ཆོས་དེ་ཡི་ཆོས་སྤྱུ་  
བརྗོད་པ་དེ་དག་གཞན་དུ་མ་སྒྱུར་པར་མཉམ་པར་བཞག་པ་འཕམ་ཉིང་འཛིན་  
པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡི་ཆོས་སྤྱུ་སོང་བའི་བརྗོད་ཚུལ་དེ་ནི་ཉིང་འཛིན་གྱི་  
རྒྱལ་དུ་བརྗོད་དེ། སམ་རྒྱུ་ལས་མཉམ་གཞག་གམ་ཉིང་འཛིན་ཅེས་  
བརྗོད་པ་དམིགས་བྱའི་དོན་ལ་སྒྲོ་མཉམ་པར་བཞག་པ་འཕམ། དོན་དེ་ཉིད་  
ཉིང་འཛིན་པ་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་གཞན་གྱི་ཆོས་གཞན་  
ལ་བཞག་པ་འཕམ་འཛིན་པས་ན་མིང་དེ་སྒྲུབ་དུ་བརྗོད་པའོ། །དེ་དཔེར་ན་གང་  
དུ་ཉི་མ་ཤར་པ་ན་མེ་ཏྲོག་ཀྱི་མུད་ནི་མིག་འཕྱུ་ཞིང་། བརྒྱ་དག་ཀྱང་མིག་  
འབྱེད་ཅེས་སེམས་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་པོ་མིག་གི་བྱ་བ་འབྱེད་  
འཕྱུ་དེ་དག་སེམས་དང་མིག་མེད་པ་མེ་ཏྲོག་གི་སྤྱིང་དུ་བཀོད་པ་ལས། ལུས་  
ཀྱི་ཆོས་མིག་དེ་ཡི་བྱ་བ་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་མེ་ཏྲོག་ལ་ཐོབ་ཅིང་མཛེས་པ་ཡིན་  
གྱི། མེ་ཏྲོག་ལ་མིག་མེད་ན་མིག་གི་འབྱེད་འཕྱུ་དེ་ལ་བརྗོད་པ་མི་རིགས་

སོ་ཞེས་དོགས་པ་མི་སྤྱེ་བར་མིག་གི་བྱ་བ་ཐོབ་པ་ནི་བརྗོད་ཚུལ་ལ་མཚན་པ་  
སྤྱེ་མིག་དང་མེ་ཏོག་འདི་དཔེ་དཔེ་ཅན་དུ་བརྗོད་པ་མིན་ལ། གཞུགས་ཅན་  
དང་། རབ་བརྟག་དང་། སྦྱར་བ་ལྟ་བུ་གང་གི་ཡང་བརྗོད་ཚུལ་མ་ཡིན་པའི་  
བརྗོད་ཚུལ་བྱང་པར་བ་ཞིག་གོ། །འདིར་འཛིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
ནས་ཞེས་པས་གཞན་གྱི་ཆོས་ཡིན་ཆོད་གཞན་ལ་སྦྱར་བ་མ་ཡིན་ཡང་།  
དངོས་པོ་དང་བྱ་བ་མིང་མཐུན་པས་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཆོད་ཀྱི་མིང་གང་ཞིག་  
གཞན་གང་ལ་སྦྱར་དུ་བྱང་བའམ་འོས་བ་ཞིག་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །མིག་གི་འབྱེད་  
འཛུམ་གྱི་བྱ་བ་མེ་ཏོག་ལ་བཀོད་པ་འདི་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱན་གྱི་དཔེ་བརྗོད་  
སྦྱར་བ་ཉན་པ་ཡིན་ལ། འདིའི་སྐབས་སུ། འླུ་ཏ། རྒྱགས་པ་འདོན་པའི་  
མིང་དང་། ཨ་རྒྱུ་ཆ། ལུང་པ་འཕེན་པ་དང་། སྒྲ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་སྒྲུག་  
པ་ལ་འཇུག་པ་དང་སྒྲུག་སོགས་ཞེས་པའི་སོགས་ཁོངས་ནས་སྒྲུག་པའི་  
དངོས་མིང་ནི་བུན་ཏ་འུ་ཞེས་དང་། བུ་མ་ན་སོགས་སྒྲུག་པའི་མིང་གཞན་  
ནམས་དང་དུ་བ་དང་འཁུན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མིང་ནམས་གཞན་  
བཏགས་པའི་འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་སོ། །པདྨ་སོགས་ལ་བཏགས་མིང་  
དུ་སྦྱར་ན་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གང་ཟག་ལ་དངོས་མིང་དུ་བྱས་  
ནས་རྗེན་པར་སྦྱར་བ་ལས་ཆེར་གོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་པའི་ཞད་བསྟེན་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེའི་དཔེར་བརྗོད་པ་མེ་ཏོག་པདྨ་འདིས་ཉི་ཟེར་སྒྲུག་པ་ནམས་བཏུངས་  
ནས་པདྨ་དེ་ལས་སྦྱང་ཅིའི་རུལ་དམར་པོ་སྒྲུག་པ་ཡི་ཁ་ཡིས་དཔེར་ན་དག་

བྱེད་མེ་ཡི་ཟེར་མ་སྟེ་མེ་སྟག་ཐ་མོ་དག་གིན་ཏུ་སྒྲུག་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་དངོས་པོ་སྒྲུག་པ་བརྗོད་ཀྱང་ཡིད་དུ་  
 མི་འོང་བ་མེད་པར་ན་བར་མཛེས་ཏེ། མི་མཛེས་པ་ནི་ཆུང་མ་སྒྲུག་པར་བྱེད་  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། ཁོང་དུ་དག་བྱེད་ཅེས་པ་ཆུ་ལ་འཆད་མ་ཐན་ཡོད་མོད། རུལ་  
 དམར་སྒྲུག་པའི་དབེ་ཡིན་པས། དག་བྱེད་མེ་ལ་བཤད་པ་ཉིད་ལེགས་པར་  
 མངོན་ནོ། །དབེ་བརྗོད་གོང་མ་འདི་སྒྲུག་པའི་སྒྲུ་བདག་ས་མིང་ལ་ཞུགས་  
 ཀྱང་མཛེས་པ་དང་། གཞན་གྱི་ཆོས་གཅིག་བཀོད་པའི་དབེ་གཉིས་ཀའི་གཞི་  
 མཐུན་དུ་སྒྲུ་མ་ནུམས་གྱིས་བཤད་དོ། །འཕྱང་བའང་ཡོད་པས་ཆོས་གཉིས་  
 སྒྲུ་མི་འཕྱར་རམ་ཞེན། འཕྱང་བ་ནི་བེམ་པོ་ལ་ཡང་རྟང་པས་འཕྱང་བ་དང་  
 ཉི་མས་ཆུ་འཕྱང་དང་། གསེར་གྱིས་དཔུལ་ཆུ་འཕྱང་བ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྟོན་འཛིག་  
 རྟེན་ན་ཡོད་པས་སྒྲུས་བུའི་ལུས་གྱི་ཁས་འཕྱང་བ་ཁོན་ར་མ་ངེས་པས་གཞན་  
 གྱི་ཆོས་སྒྲུ་མ་བྱས་པའོ། །ཡང་ན་འཕྱང་སྒྲུག་གཉིས་གང་ཟག་གི་ཁ་ཡི་ཆོས་  
 ཡིན་པས་དོན་གཅིག་ཏུ་བྱས་པའམ། ཡང་ན་དབེར་བརྗོད་དེ་ཆོས་གཅིག་  
 བཀོད་པ་ཡིན་མི་དགོས་པར་གཉིས་བཀོད་པར་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ། །གཅིག་  
 ཅར་ཉིད་དུ་གཞན་གྱི་ཆོས་དུ་མ་གཞན་ལ་བཀོད་པ་དག་ཀྱང་འདོད་དེ། དབེར་  
 ན་ཆུའི་རང་བཞིན་ལྟ་བུའི་མངལ་ཁུར་གྱིས་ངལ་ཞིང་། སྒྲིན་སྒྲུའམ་འབྲུག་  
 སྒྲུ་དལ་བུས་འཕུན་པར་བྱེད་པ་སྒྲིན་གྱི་ཐེང་བ་འདི་དག་རེ་ཞིག་གཡོ་བ་མེད་  
 པར་རི་ཡི་སྟེང་གི་ནི། བང་པ་དག་ཏུ་ཡང་དག་ཉལ། ཞེས་པ་འདི་ལ་མངལ་

ལྷན་མ་བཅའ་བའི་ཆེ་གོགས་མེད་ཡང་པར་ཉལ་བ་དང་། འཁུན་བ་དང་མངལ་  
མྱི་བ་ཉིད་དང་དེས་ངལ་བ་དང་། ཞེས་པ་ཆོས་བཞི་པོ་དེ་འདྲིར་ནི་དངོས་ལ་  
སྒྲུམ་མ་མངལ་ལྷན་མའི་ཆོས་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲའི་མངལ་ལྷན་མའི་ཆོས་མང་  
པོ་གཞན་སྤྱིན་ལ་གཅིག་ཅུར་དུ་བཏགས་ཏེ་ལྷན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱན་  
དེའི་མཇུག་སྟུང་དུ་བསྟགས་པ་བརྗོད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཅེས་པའི་ཡོན་ཏན་  
གང་ཡིན་པ་འདྲི་ནི་སྟན་པ་གི་བདོག་པ་ཞེས་ནོར་རྗེས་ཐམས་ཅད་པའམ་  
ཀུན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སམ། ཡང་ན་སྟན་པ་གི་ཀུན་བདོག་སྟེ། སྟན་  
པ་གི་ཀུན་གྱི་བདོག་པ་ཞེས་རྒྱན་གང་གི་སྐབས་སྟུང་སྟུང་མི་རུང་བ་མེད་  
པའོ། །དེའི་ཕྱིར་སྟན་པ་གི་མཁན་པོ་དོན་མཐུན་གྱི་ཞེས་ཆོགས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་  
ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་བདོག་པ་དམ་པ་འདྲི་ཡི་རྗེས་སྟུང་བཟངས་ནས་འདྲི་ལེན་ཞིང་།  
པ་གི་སྐབས་རྣམས་སྟུང་ལྟར་དེགས་པ་སྟོར་བར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུན་པའི། དེ་ལྟར་སྟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུའི་  
རང་བཞིན་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་དོན་རྣམ་པར་བྱེ་ཞིང་བཏགས་པ་ལས་ལྟོ་གར་  
གྱི་ལམ་སློལ་ནི་དེ་གཉིས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་བྱེ་བའང་གྲུབ་  
ཅིང་། ཚུལ་དེའི་སྟན་པ་གི་ལམ་གྱི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་སྟེ་ཡི་ཁོག་བསྟན་  
པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་ལམ་སློལ་དེ་དག་གི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
ཐུ་མོ་སྐྱ་ཆོགས་སྟུང་གྱུར་བའི། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོ། བག་མོའི་ཁོལ། བྱི་  
བརྗོད་དེ་བ་སོགས་སྟན་པ་གི་མཁན་སོ་སོ་ཡི་ཡིད་དང་ཞལ་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་

གྱི་ཉམས་འདོད་ཚུལ་ནམ་རྟེན་དང་གྲངས་མཚུངས་པ་ཇི་སྟེད་པ་ནམས་ནི་  
 བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་ན་མངར་བ་ཙམ་དུ་མཚུངས་མོད་གྱི། མངར་  
 བའི་བྱེ་བྲག་ཐུར་གྱིང་དང་འོ་མ་དང་ཐུར་ཞེས་སྒྲ་བསྐྱས་པ་སྟེ་ཐུར་མ་དང་།  
 སོགས་ཁོངས་ནས་ཀ་ར་དང་སྒྲུང་རྩི་དང་གྱིང་མངར་སོགས་གྱི་མངར་བ་ཉིད་  
 གྱི་བྱད་པར་མི་འདྲ་བའམ་བྱད་ཆེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་མོད་གྱི། དེ་འདྲའི་  
 བྱད་པར་དེ་ནམས་མཐའ་དག་སོ་སོ་ནས་མཐར་ཐུག་པར་བསྟན་བཅས་གྱི་  
 དཀྱུས་གཅིག་ལ་བརྗོད་པར་དབྱངས་ཅན་མས་ཀྱང་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ན། གཞན་  
 གྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོན། ཞེས་སོ། །སྐབས་འདིར་སྟན་པལ་མཁན་སོ་སོས་བརྗོད་  
 པ་དེ་མཐའ་དག་དབྱངས་ཅན་མས་བརྗོད་མི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། དཔེ་ལྟར་  
 ན་ཐུར་མ་གྱི་རོ་སྟོན་ཆད་མ་ཐུངས་བ་དག་ལ་ཆོག་གི་ལམ་ཁོ་ནས་ཐུར་མ་  
 གྱི་རོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བསྟན་མི་རྒྱས་ལ། ཐུར་ཐུངས་བ་དག་ལ་ཐུར་མ་གྱི་རོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པས་བརྗོད་རྒྱས་པ་ལྟར། ཡེ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་ཐུངས་པའི་འཕགས་  
 པ་ཆེན་པོ་ནམས་ལ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཆེན་པོ་ནམས་དང་དབྱངས་  
 ཅན་མས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་གཅིག་དང་ལྟན་པའི་དབྱངས་གྱིས་གང་བརྗོད་དུ་  
 རུང་བའི་གནས་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་བརྗོད་རྒྱས་མོད་གྱི། འདིར་དེའི་དབང་  
 དུ་མཛད་ནས་དབྱངས་ཅན་མས་དེ་ལྟར་བརྗོད་མི་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། གཤུལ་བྱ་ལལ་པའི་རོར་བསྟན་བཅས་གྱི་དཀྱུས་གཅིག་ཏུ་དེ་ཀྱན་རྫོགས་  
 པར་བསྟན་མི་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་བཟུང་དགོས་སོ། །དེ་མི་རྒྱས་པ་ཅིའི་ཐུར་ཞེ

ན། མིང་ཚིག་གི་ཐེང་བ་རིམ་པར་འབྲེལ་བའི་དག་ཅན་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཚུལ་སྟེ་བསྟན་བཅོས་དེའི་དོན་ལ་རིམ་གྱིས་  
སློབ་དགོས་པ་གང་ཞིག་ཟབ་མོའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུངས་པ་དང་མི་ལྟན་པ་དེ་དག་  
བསྟན་བཅོས་དེའི་ཆར་གཏོགས་པའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དུ་གྱུར་ཏེ་ཅོག་མཐའ་  
དག་རྫོགས་པར་བརྗོད་པའི་བསྟན་བཅོས་འཛིན་ལུས་པའི་སློ་ཅན་མ་ཡིན་  
པའི་དབང་གིས་དེ་འདྲའི་གདུལ་བྱ་དེ་ལ་སྒྲུས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་དེ་ལྟ་བུ་  
བརྗོད་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་བརྗོད་བྱ་མཐར་ཐུག་པ་མེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེས་ན་གནས་མ་ཡིན་པ་བྱུང་མི་ལུས་པའམ་མི་མཛད་པ་ནི་སངས་  
རྒྱས་བྱང་སེམས་ལ་ལུས་པ་མེད་པའི་སློན་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་ཀྱང་དགེ་བ་རྟེན་པར་བསྐྱུར་བ་དང་། སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའང་སྒྲིབ་པ་  
ཅན་དུ་བསྐྱུར་བ་སོགས་མཛད་དུ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་  
སྤངས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མ་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་ནི་གནས་  
མ་ཡིན་པས། དེ་འདྲའི་གནས་མིན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་མཁྱེན་མི་ལུས་  
པའམ་མི་མཁྱེན་ཡང་། དེ་ཉིད་ཡང་དག་པར་མཁྱེན་པ་ཡིན་གྱི། མ་མཁྱེན་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་དང་ལུས་པ་ནི་གནས་དང་གནས་  
མིན་རིམ་བུ་བ་བཞིན་དུ་མཁྱེན་པ་དང་། རིམ་བུ་བ་བཞིན་དུ་ལུས་པ་ལ་མཁྱེན་  
ལུས་ཡང་དག་པ་མངའ་བར་ཤེས་དགོས་ཀྱི། དེ་ལས་ལྷོག་པ་ནི་མཁྱེན་ལུས་



མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་བ་འདི་འདྲའི་གནད་བསྟན་བཅོས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གཤམ་ཆེད། །བསྟན་བཅོས་རྣམས་སྤྲུང་དང་དང་གི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་  
 བོའི་དོན་ཅུ་བའི་གནད་ཆེད་བ་ལས་བསྟན་བཅོས་དེ་དང་དེའི་དོན་ལ་འཇུག་  
 ཅིང་རིམ་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་ཤེས་པར་འགྱུར་གྱི། དེར་གཏོགས་པའི་བརྗོད་བྱའི་  
 དབྱེ་བ་མཐའ་དག་མ་བསྟན་བར་དུ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་མ་རྫོགས་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཡེ་ཤེས་སྤྲུངས་པ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གྱི་  
 བྱུང་པར་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན། ཟབ་མོ་སྦྱོས་པ་དང་བྲལ་བ་སྦྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་  
 བས་དུས་གསུམ་དུས་མེད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གཟིགས་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་  
 བེ་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་པ་སྟེ། འདི་དག་གིས་དོན་དམ་པར་ཆོས་གང་དམིགས་  
 སྤྲུམ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཀྱང་རྫོག་གི་སྤྲུང་བ་ཐམས་ཅད་རྟོག་པའི་དབང་  
 གིས་བཞག་པ་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་གཟིགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བ་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་  
 ལས། རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་རྣམ་བཟླས་ཏེ། །འདུ་ཤེས་འཛིན་  
 བས་བྱིས་པ་རྣམ་པར་སྟེ། །འཛིན་དང་འཛིན་མེད་དེ་ཡང་འབྱུང་མེད་དེ། །  
 ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་སྦྱུ་མ་སྦྱིག་རྒྱ་བཞིན། །ཞེས་དང་། མཁའ་འདྲའི་ཆོས་རྣམས་  
 འདི་དག་ཤེས་གྱུར་ན། །ཞིང་བརྒྱ་རྣམས་སུ་ཐོགས་མེད་འགོ་འགྱུར་ཞིང་། །  
 དེ་དག་ཡིད་ཀྱང་ཆགས་པ་མེད་འགྱུར་བས། །དེ་ཕྱིར་ཐོགས་མེད་ལམ་འདི་  
 སྦྱེད་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱུང་པའི་དོན་འདི་ལྟ་བུ་རྣམས་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་ཅིང་མངོན་དུ་མཛད་

རྒྱས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པ་དག་གིས་གནས་དེ་ལྟ་བུ་མཛོད་དུ་མཐོང་བ་ལྟ་  
 ཅི། དེའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ཡང་དགའ་ལ། གཤམ་ཏེ་སོ་སོའི་སྒྲུ་བོའི་དུས་  
 ནའང་དེའི་དོན་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་རྣམས་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་  
 ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་བོའི་དགོངས་དོན་ལ་སྒོ་གྲོས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་  
 བར་གཤམ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སྒྲ་གཅིག་ཁྱོན་  
 ལ་སངས་རྒྱས་མང་པོ་ནི། གཞུ་འཁྱུང་གི་བྱེ་མ་ཇི་ཡོད་སྟེ། རྒྱལ་བ་དེ་དག་  
 ཞིང་ཡང་དེ་སྟེད་དེ། དེ་དག་མཆོན་ཉིད་མི་གཅིག་སྐལ་མི་མཉམ། ཞེས་  
 དང་། སྒྲ་ཡི་ཁྱོན་ལ་འགོ་བ་ལྟ་རྣམས་ཏེ། ཞེས་སོགས་ཞིང་རེ་རེ་ནའང་མཆོ་  
 དང་རི་བོ་སྒྲ་ཆོགས་དང་ལྟ་དང་དཔུལ་བའི་འཛིག་རྟེན་དང་ཞིང་དེ་དག་ཏུ་  
 སངས་རྒྱས་བཀུགས་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་སོགས་སུ་སྤྱང་བ་དེ་དག་གིས་  
 རྣམ་དག་སྟོད་པ་མ་སྤྱངས་པ། ཡི་གེས་བྲལ་བ་དག་གིས་དེ་མི་མཐོང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཏེ་ཟབ་མོའི་གནས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་  
 པ་སྦྱེས་ན་བསོད་ནམས་ཚད་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསྐྱེད་ཅིང་། བཟང་པོ་  
 སྟོད་པའི་སྟོན་ལམ་ལས་ཀྱང་། སྒྲ་ཙམ་ཁྱོན་ལ་དུས་གསུམ་ཚད་སྟེད་ཀྱི། །  
 སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ་ཞིང་རྣམས་རྒྱ་མཆོ་དང་། བསྐལ་པ་རྒྱ་མཆོར་སྟོད་ཅིང་  
 རབ་ཏུ་འཇུག། གསུང་གཅིག་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་ཀུན་གྱི། རྒྱལ་བ་ཀུན་  
 དབྱངས་ཡན་ལག་རྣམ་དག་པ། འགོ་བ་ཀུན་གྱི་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་དབྱངས། །  
 སངས་རྒྱས་གསུང་ལ་རྟག་ཏུ་འཇུག་པར་བགྱི། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྣམ་

པར་དག་པའི་སྒྲིང་པ་སྒྲུངས་གིང་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་པ་དག་ལ་གནས་འདི་  
 མངོན་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་  
 པོའི་ཐུག་གཞོན་ལྟ་བུར་བཟང་གི་སྒྲི་བོར་བཞག་པའི་མོད་ལ། སངས་རྒྱས་  
 གྱི་ཞིང་རབ་འབྱམས་རྒྱ་མཚོ་ཆོད་མེད་པར་དུས་བསྐལ་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆོད་མེད་  
 པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོད་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆོད་མེད་པ་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་  
 སྒྲིང་པར་སྒྲུང་བ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཁར་བྱང་སྒྲན་དག་  
 རྩེ་མ་པར་ལུས་པའི་རྒྱ་གསུངས་པ། སྒྲེ་བ་གཞན་དུ་གོམས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ལས་ཆེ་འདིར་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་རོ་བོ་སྒྲེ་བས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ན་རང་བཞིན་གྱིས་སུ།  
 སྒོ་ཡི་གཤིས་གྱིས་ཀྱུབ་པའི་སྒོ་གོས་ཀྱི་ལུས་པ་སྒྲན་དག་སྒྱུར་བ་ལ་མཁས་  
 པའི་སྒྲོབས་པ་དང་། ཆེ་འདིར་གཞུང་སྒྲི་དང་སྒྲན་དག་གི་བསྒྲན་བཅས་རྣམས་  
 མང་དུ་ཐོས་པ་མ་རྟོག་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དྲི་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲན་དག་སྒྱུར་  
 བ་ལ་ཆེར་གོམས་པ་ལུས་སྒྱུར་དང་རྟོག་སྒྱུར་གྱི་བཙོན་འགྲུས་མི་དཔལ་པ་  
 དང་གསུམ་ནི་སྒྲན་དག་རྩེ་མ་པ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཀྱུབ་པའི་སྒྲོབས་པ་ནི་སྒྱིར་སྒོ་གསལ་བ་དང་བྱུང་པར་སྒྲོའི་རྩལ་ལས་  
 སྒྲན་དག་གི་རྩེ་མ་ཐོགས་མེད་དུ་སྒྱུར་ལུས་པའི་དག་སྒོ་ཡངས་པ་དང་། དག་  
 སྒོས་སྒྲན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ལྡན་ན་སྒྲན་དག་སྒྱུར་བ་ལ་དབང་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། ཁ་ཅིག་མང་ཐོས་མཁས་པ་ཡིན་ཡང་དག་སྒྱུར་མངོན་པ་སྒྱུར་དགའ་  
 བའང་ཡོད། དག་སྒྱུར་རྣམས་སྒྱུ་འཇམ་པ་དང་རྩུབ་པ་སོགས་ཀྱི་གཤིས་སྒྲ་

ཆོག་གསུང་ཡོད་དོ། །དག་གི་སྒྲོབས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་ནི་སྒྲོན་གོམས་པའི་རྒྱ་  
མཐུན་ནམ། བསོད་ནམས་ཀྱི་སྒྲོབས་སམ། ལྷག་པའི་ལྟའི་བྱིས་བརྒྱབས་  
པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་། །མང་དུ་སྒོས་པ་ནི་རི་ལྟ་རི་སྟེད་ཀྱི་གཞུང་སྒོས་ཤིང་།  
དེའི་དོན་ལ་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱི་སྒྲོབས་རྒྱས་པ་རྣམས་ཆོག་དོན་གང་ལའང་སྒོགས་པ་  
མེད་པས་གཞུང་རྩོམ་རྒྱས་པ་དང་། བྱུང་པར་སྟན་དག་གི་བསྟན་བཅོས་  
འདི་ལྟ་བུའི་དོན་ཤེས་ནས་སྒྲུ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་འགྲུའ་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲངས་ཏེ་ཡོན་  
ཏན་ལེན་པ་ལ་མཁས་པ་དང་། དག་སྦྱོར་མྱད་བྱུང་ཡིད་འཕྲོག་པ་དང་ལྷན་  
པའི་སྟན་དག་སོ་བཞི་པ་དང་། དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་སོགས་རྒྱ་བོད་མཁས་  
པའི་གསུང་སྟན་དག་གི་རྒྱན་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་བསྟ་ཞིང་འདྲིས་པར་བྱས་  
ནས་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དག་ཡང་ཡང་སྦྱར་བ་ལ་གོམས་པར་བྱས་ན་དེ་  
དག་གི་དག་གི་གཤིས་དང་འདྲ་བར་རིམ་གྱིས་དག་ཉམས་དང་ལྷན་པའི་སྒྲུ་  
བ་ལེགས་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོ་སྒྲོན་གྱི་དག་རིགས་  
གོམས་པའི་བག་ཆགས་བཟང་པོའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཆོ་འདིར་སྦྱེས་ཅམ་དང་  
རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡི་དག་སྦྱོར་པའི་སྒྲོབས་པ་མྱད་བྱུང་སྒྱེ་བས་ཐོབ་པ་མེད་  
པ་ཡི་གང་ཟག་ལའང་། ཆོ་འདིར་གཞུང་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་སྟན་དག་གི་བསྟན་  
བཅོས་སྒོས་པ་དང་། དེ་ཡི་དོན་བཞིན་སྟན་དག་སྦྱོར་བ་ལ་འབད་བ་དག་གིས་  
དག་གི་རིག་པ་རབ་ཏུ་བརྟེན་པར་བྱས་ན། དབང་པོ་ཞེན་པ་ཅི་ཞིག་ལྟར་  
ཡང་རེས་པར་སྒྲོ་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་སྟན་དག་

སྒྲུབ་པའི་སྒྲུལ་བ་བཟང་པོས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོ་གོམས་པའི་  
རྗེས་སུ་འདུག་པ་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བྱིར་མཁས་པའི་གྲགས་  
པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་དྲག་ཏུ་ནི། སྒྲོམ་ལས་མེད་པར་ཡོངས་སུ་གོམས་  
པའི་རིམ་པས་སྒྲུབ་པའི་ཉམས་ཀྱིས་མཛེས་པའི་དབྱངས་ཅན་ཏེ་སྒྲུབ་དག་  
བརྟེན་པར་བྱའོ། །

འདིའི་ལུགས་ཀྱིས་དབྱངས་ཅན་མ་ལྟར་བརྟེན་པའང་བརྟེན་ནོ་ཞེས་མཁས་  
པ་དག་བཞེད་དོ། །དབྱངས་ཅན་ཞེས་པ་དག་དང་དག་གི་ལྟ་གཉིས་ཀའི་མིང་  
ཐུན་མོང་པ་ཡིན་པ། དེ་དང་མཚུངས་པར་མེད་པ་ལྟ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཐུན་  
མོང་པ་དུ་མའང་ཡོད་དོ། །དབྱངས་ཅན་མ་སྒྲུབ་དག་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་ག་  
པའི་ལྟ་ཡིན་པས་དེ་བརྟེན་ན་དག་གི་དབང་ཐུག་གྲུབ་པའི་དཔལ་སྒྲུབ་པར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་དག་གི་གཞུང་ཚུང་ཅུ་ལ་ཡང་ངལ་བ་བརྟེན་པར་  
བྱས་པའི་མི་ནི་མཁས་པའི་འདུན་ས་དག་ཏུ་འདུག་པ་ལ་དབང་བར་འགྱུར་  
ཏེ། གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤྱི་དང་སྐྱེས་བཙུངས་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་དག་  
གི་གཞུང་ཆེན་པོ་ལ་ངལ་བ་བརྟེན་ནས་ཐོས་བསམ་མ་རྩུས་ཀྱང་དཔེ་དང་  
གཟུགས་ཅན་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་སོགས་རྒྱུ་འགྲུལ་ཞིག་གི་ལམ་ནས་གཞན་  
ལ་བརྟོད་པ་སོགས་བྱེད་རྩུས་པ་རྣམས་རྒྱལ་པོའི་ཡི་གེ་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་  
ན་སྒྲུབ་དག་གི་ཚིགས་བཅུད་རེ་རྒྱུད་ལེགས་པར་བརྩམས་པ་གཞན་གྱིས་མཐོང་  
བས་ཀྱང་མཁས་པར་གྲགས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྒྲུབ་དག་

ལེགས་པར་བསྐྱབས་ན་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་ཁོག་  
དོན་འགོལ་བ་ལ་ངང་གིས་པན་ཞིང་། དག་སྦྱོར་རྩོམ་པ་གོམས་པར་བྱས་  
པའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཆོགས་རྒྱུད་ཅུས་གཞན་གྱིས་བརྩམས་པའི་དོན་ཤེས་ཤིང་།  
རང་ཉིད་ལེགས་བཤད་རྩོམ་པའི་མཐུ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། ཚུལ་  
དེ་ལས་སྦྱེས་པའི་ནང་གི་དགའ་བ་རྒྱན་ཆགས་སུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་རིག་ལམ་  
འདི་ནི་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཆོད་མ་མེད་པ་དང་འདྲ་བར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་  
རོགས་དམ་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཛད་པ་པོ་སྟོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་  
ཅན་གྱིས་བྱས་པའི་གཞུང་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ལས། སྟན་ངག་སྦྱིའི་གནད་རྒྱ་  
གར་རྩོ་ཤར་གྱི་མཁས་པའི་བཞེད་པའི་ལམ་རྣམ་པར་བཅད་པ་སྟེ་ལེའུ་དང་  
པོའོ། །

ལེའུ་གཉིས་པ་འདི་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་མཇུག་བསྟུ་གསུམ་ལས།  
དང་པོ། སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། ཞེས་པ་ནས། རྒྱན་དུ་སྟོན་གྱི་  
མཁས་པས་བསྟན་ཅེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་པའི་དོན་ནི། སྟན་པ་ཡི་ངག་  
གི་ཉམས་འགྱུར་གང་ཞིག་བཅད་ལྷུག་སྟེལ་མའི་ངག་རྒྱན་གྱི་ལུས་མཛེས་  
པར་བྱེད་པ་ཡི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོན་པ་བརྗོད་བྱའི་ཆོས་རྣམས་གང་ཅི་ཡང་རུང་  
བདེ་དག་གི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བར། རབ་ཏུ་བརྗོད་དེ་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
དང་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟན་ངག་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་  
རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་ཉམས་འདོན་ཚུལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་དཔེ་བརྗོད་དང་

བཅས་པས་བསྟན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ད་ལྟའང་སློ་ལྡན་ཚིག་གི་རྣམ་འབྱུང་  
 སྒྲུབ་པ་ལ་མཁས་པ་སོ་སོའི་རང་རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་ཚིག་གི་ཉམས་འདོན་  
 ཚུལ་དུ་མ་འབྱུང་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ་སྤྲུལ་འཆད་ལུས་  
 ཏེ་མི་ལུས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཁུང་བརྩམས་པས་ཅི་བྱ་ཞེན། འོན་ཀྱང་སྤྱིའི་རིགས་  
 སམ་གཙོ་བོ་བསྤྲུལ་པའི་སྒྲོན་ས་རྒྱན་རྣམས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་ཚུལ་གྱི་རྣམ་རྟོག་  
 སྒྲོ་བའི་ས་བོན་ནི། སྒྲོན་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་སྒྲོན་དག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་  
 ཟེན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཐའ་དག་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྤྲུལ་ཤིང་གསལ་བར་  
 རབ་དུ་ལེགས་པར་སྦྱར་བའི་ཕྱིར། རྒྱན་གྱི་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་  
 ཡོངས་སྤྱང་ལ་བ་འདི་ནི་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གི་འོ། །དེ་ལ་སྟོ་ཤར་གྱི་ལམ་  
 བེ་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་དང་། རབ་དུངས་སོགས་ཚིག་གི་རྒྱན་  
 འགའ་ཞིག་ནི་སྤར་ཡང་བསྟན་ཟེན་པས། སྒྲུབས་འདིར་སྟོ་བ་དང་ཤར་བའི་  
 འདོད་པ་ཐུན་མོང་དག་དུ་སྦྱར་བའི་རྒྱན་གྱི་ཚོགས་འདི་རབ་དུ་བསྟན་པར་  
 བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅས་ནས་བསྟན་བྱ་རྒྱན་གྱི་ཚོགས་རྣམས་མིང་གིས་མདོར་  
 བསྟན་པ། རང་བཞིན་བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་  
 བསྒྲོར་བ་དང་། །འཕྱོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །ཞུག་པ་ཅན་དང་  
 སྤྱིད་པ་ཅན། །བསྤྲུལ་དང་ལུལ་བྱུང་རབ་བརྟགས་དང་། །རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་  
 དང་རིམ། །དགའ་དང་ཉམས་ལྡན་གཟི་བརྗོད་ཅན། །རྣམ་གྲངས་བརྗོད་  
 དང་ཀུན་དུ་ཡན། །རྒྱ་ཆེ་བསྟོན་དོར་སྦྱར་བ་དང་། །བྱུང་པར་མཚུངས་པར་

སྒྱུར་བ་དང་། །འགལ་དང་སྐབས་མིན་བསྟོད་བ་དང་། །ཟོལ་བསྟོད་ངེས་  
པར་བསྟན་བ་དང་། །ལྟན་ཅིག་བརྟོན་དང་ཡོངས་བརྟེན་གྱིས། །རབ་སྒྲེལ་  
དེ་ནས་དགོངས་པ་ཅན། །འདི་དག་ཚིག་རྣམས་དག་གི་ནི། །རྒྱན་དུ་སྟོན་གྱི་  
མཁས་པས་བསྟན། །ཅིས་དོན་རྒྱན་སོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་གི་ལམ་དང་ལྟན་པར་  
བྱས་ན། །རྟོག་བྱེད་ཚིག་གི་རྒྱན་དེ་དང་ལྟན་པའི་བྱིར་སྟོན་དག་ཅིས་བྱ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་གྱི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་སྒྲུབ་ཅུ་ཙུ་ལས།  
དང་པོ། རང་བཞིན་བརྟོན་པའི་རྒྱན་གྱི་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་། དབྱེ་བ་དཔེ་  
བརྟོན་གྱིས་བསྟན། དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་བརྟོན་བྱའི་  
དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་གནས་སྐབས་སྟོ་  
ཚིགས་པ་དག་དཔེ་རྒྱན་སོགས་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་སྟོན་ནས་མ་བརྟོན་པར་རང་  
གི་རང་བཞིན་དངོས་སྟུ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་དག་དྲང་པོར་བརྟོན་པ་དེ་ནི་  
རང་བཞིན་བརྟོན་པའམ་རིགས་གྱི་རྒྱན་ཞེས་སྟུང་བཤད་དེ། དོན་རྒྱན་  
རྣམས་གྱི་ནང་ནས་དང་པོའི་རྒྱན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྟོན་ན། ཞེས་སོ། །དེ་ནི་  
རང་བཞིན་བརྟོན་པ་སྟེ། དང་པོའི་རྒྱན་ཡིན་རིགས་སོགས་དཔེར། ཞེས་འགྱུར་  
སྟེ་མར་ཡོད་པ་ལྟར་བཤད་ནའང་ལེགས་པ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བ་བཞེ་ལས། དང་པོ་རིགས་གྱི་རང་བཞིན་བརྟོན་པའི་རྒྱན་  
ནི། དཔེར་ན། གང་གི་མཚུན་ཁ་དོག་དམར་ཞིང་དབྱིབས་གྲག་པ་དང་།



གཤོག་པ་ལྷང་ཁིང་མཉེན་པ་དང་མགིན་པ་ན་དཀར་སྒྲོ་དམར་པའི་རི་མོ་གསུམ་  
 གྱི་ཐེང་བ་ཅན་གྱི་ནེ་ཙྰ་འདི་དག་ཚིག་འཇམ་པོའི་སྒྲོ་དང་ལྷན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་  
 རྟེ། འདི་རིགས་སམ་རང་བཞིན་ཞེས་པ་དངོས་པོ་དེའི་ངོ་བོ་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་  
 ལ་གོ་བར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་ཐད་ཀར་བྱང་པོར་སྒྲུབས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཉིད་དུ་བྱས་  
 བ་ལ་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་བྱ་བའི་རང་  
 བཞིན་འབའ་ཞིག་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་བྱ་བའི་རང་བཞིན་བརྗོད་  
 པའི་རྒྱན་ནི། གང་གི་མགིན་པའི་ནང་ནས་མི་གསལ་བའི་སྒྲོ་སྒྲན་པ་སྒྲོག་  
 ཅིང་། མྱོས་པའི་མིག་ནི་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུལ་ཁིང་གཡོ་བ་ཡི། ལུག་རོན་ཅེ་  
 དགའ་འདོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་དགའ་མ་ལ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ནས་མཆུ་  
 དག་ལན་ཚུན་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ནི། དགའ་མ་ཡི་ནི་ལུས་ཀྱི་རེག་  
 པ་འདིས། འབྱུད་པ་པོའི་ལུས་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲུ་ལོང་རྒྱས་པ་དང་། ཡིད་ནི་  
 རབ་ཏུ་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་། མིག་དག་ཀྱང་བྱམ་པར་བྱེད་ཅིང་རེག་བདེ་  
 དེ་ལ་ཡང་ཡང་འདུན་ཁིང་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །འདི་སྒྲུབས་རེག་པ་འདི་ཞེས་  
 སྒྱུར་ན། མཇུག་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཞིག་གོ་ཞེས། རེག་པའི་ཡོན་ཏན་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་པར་བྱས་ན་བདེ་ལ། རེག་པ་འདིས་ཞེས་བྱེད་ཚིག་སྒྱུར་ན་བྱ་  
 བར་འགྱུར་ཟེར་ཡང་བྱེད་ཚིག་གཞུང་ན་དངོས་སུ་ཡོད་ཀྱང་དེའི་བྱ་བའི་རང་  
 བཞིན་བརྗོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདིས་བརྗོད་བྱ་དགའ་མའི་རེག་པ་ཡིན་ལ།

རེག་པ་དེའི་རྩམ་མཐུས་ལུས་སེམས་སེམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་  
བོར་བསྟན་པའི་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས། དགའ་མའི་རེག་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
རང་བཞིན་དང་བོར་བརྗོད་པར་འགྱུར་བས་འདི་ལས་འདིས་ཞེས་གང་ལྟར་  
བྱས་ཀྱང་གོ་བ་སྒྲོ་ཡངས་བོར་བྱས་ན་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །

བཞི་བ་རྣམ་བརྗོད་པ་ནི། གང་གི་མགིན་པ་སྟོན་བོ་ཡིན་པ་དང་། ལག་ན་  
ཐོད་པ་ནི་གནས་པ། སྤྱི་བོན་རྒྱ་མཆོའས་བྱུང་བ་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྒྲ་  
བའི་ཅོད་པན་དང་། སྤྱི་ཞིང་མདོག་དམར་བའི་རལ་པ་ཅན། དུག་གཡས་  
ན་ཁུ་མཆོག་གི་མགོ་བོས་མཆན་པའི་རྒྱལ་མཆན་ཅན་འདི་ནི། འཛིག་རྟེན་  
འདིར་གསལ་བར་གྱུར་པ་ལས། འགྱུར་ཁ་ཅིག་ཏུ་འབྱུངས་བར་གྱུར་ཅིས་  
ཀྱང་བྱས་སོ། །འདིར་བརྗོད་བྱ་དབང་ལྷག་ལ་མངའ་བའི་རྣམ་མགིན་པ་སྟོ་  
བ་ནས་ཁུ་མཆོག་གི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་བར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། མགིན་སྟོན་དང་  
ཁུ་མཆོག་གི་རྒྱལ་མཆན་ཅན་ཞེས་རྣམས་འདི་དག་གིས་རྣམས་ཅན་དབང་ལྷག་  
ཉིད་བརྗོད་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཡོད་པས། འདི་རྣམས་རྣམས་ཅན་དབང་ལྷག་གི་  
རྣམས་ཡིན་པར་གསལ་བོར་རྟོགས་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་གིས་མགིན་སྟོན་དབང་  
ལྷག་བྱང་གཞི། གཞན་དེའི་བྱང་ཆོས་དང་། ཁ་ཅིག་གིས་ཁུ་མཆོག་རྒྱལ་  
མཆན་དབང་ལྷག་བྱང་གཞི། གཞན་བྱང་ཆོས་སུ་འཆད་ཀྱང་དོན་འབྲེལ། །  
སྤྱིར་སྤྲུགས་པའི་གཞུང་ན་རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་  
དུ་མར་སྤང་ལ། དེ་བྲག་བའི་གཞུང་དུ། རྣམ་དང་ཡོན་ཏན་ལས་དང་སྤྱི། །

བྱེ་བྲག་འདུ་བ་རྣམས་པ་བྱུག། ཅེས་ཚིག་གི་དོན་བྱུག་འདོད་པའི་ནང་ཚན་རྣམས་  
ལ་ཏྲག་པ་དང་མི་ཏྲག་པའི་རྣམས། ཡོན་ཏན་ཉེར་བཞི། ལས་ལྷ། རིགས་  
སམ་སྒྱུ་ལ་ཆེན་པོ་དང་རྩེ་བུ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་དེ་  
དང་བསྐྱེད་མི་དགོས་ལ། སྒྱིར་ནེ་ཙོ་ལྷ་བྱ་རིགས་ཅན་དུ་མའི་སྒྱི་མིང་། རྒྱུ་  
བཅད་དོ་ལྷ་བྱ་བྱ་ཆོག་ ཁྲོ་དཀར་དམར་སོགས་དང་། བདེ་སྐྱུག་སོགས་  
ཡོན་ཏན་གྱི་མིང་ཡིན་ཡང་དེའི་བརྗོད་བྱར་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་དེ་དག་གི་རང་  
བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་སྐབས་འདིར་བཤད་པ་དེའི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་  
ཀྱི་སྐབས་སུ་ལྷ་དང་མཉེན་དམར་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་། བྱ་བའི་སྐབས་སུ་འང་  
རིགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལུག་རོན་སོགས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདིའི་གོ་བ་ཕྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པ་ནི། བརྗོད་བྱ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཆོས་གང་དང་གང་གི་ཡང་  
རང་གི་དོ་བོ། ས་སྒྲ་བ། རྒྱ་གཤེར་བ་སོགས་དང་། ཤིང་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་  
ལྷན་པ་སོགས་རང་གི་མཚན་ཉིད་དམར་རང་བཞིན་རི་ལྷ་བྱ་ཡིན་པ་སྒྲོ་སྒྲུར་བྲལ་  
ཏེ་བྱང་པོར་བརྗོད་པ་ནི་རིགས་བརྗོད་པ་དང་། འགོ་བཅའ་འཁྲིག་པའམ་  
སྒྲ་བ་ལྷ་བྱའི་བྱ་བ་ཉིད་བརྗོད་བྱར་བྱས་ནས་དེ་བྱང་པོར་བརྗོད་པ་བྱ་བ་བརྗོད་  
པ། དེས་པོ་གང་དང་གང་གི་ཡང་མཐུམ་ལུས་པ་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་  
བྱས་ཏེ་བརྗོད་ན་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ། གང་ཟག་གང་ལ་ཡོད་པའི་རྣམས་བརྗོད་  
བྱར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ན་རྣམས་བརྗོད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་དག་སོ་སོའི་རང་  
བཞིན་བྱང་པོར་བརྗོད་པ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱ་

བ་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ཆོ་དེ་  
དང་དེ་བརྗོད་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱ་བ་ཅན་ནམ་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་བ་གཉིས་  
ལས་བྱ་བ་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་པས་བྱ་བ་བརྗོད་པ། དེ་བཞིན་ཡོན་  
ཏན་དང་ཡོན་ཏན་ཅན། རྣམ་དང་རྣམ་ཅན་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྣམ་  
དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་མ་བྱས་པར། རྣམ་དང་བྱ་བ་ཡོན་  
ཏན་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོར་བསྟན་ཏེ་དང་པོར་བརྗོད་  
ན་རིགས་བརྗོད་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་ཀྱི།  
རིགས་བརྗོད་པ་ལ་བྱ་བ་སོགས་གསུམ་པོ་གང་ཡང་འདྲེ་མི་རུང་བ་དང་། བྱ་  
བ་སོགས་གསུམ་པོ་བརྗོད་པ་ལ་ཆོས་ཅན་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་འདྲེ་མི་རུང་བ་ཡིན་  
ན་དེ་འདྲའི་བརྗོད་བྱ་གང་དུ་འང་རྟེན་དཀའ་བས། ཆོས་ཆོས་ཅན། བྱད་གཞི་  
བྱད་ཆོས་འདི་དག་ཡན་ཚུན་ཉམས་པ་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་སྐབས་སུ་གང་བརྗོད་  
བྱར་བྱས་པ་དེའི་ལྷོག་ཆ་ནས་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་བཞི་པའི་དབྱེ་བར་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་རྒྱན་གྱི་མཐུག་སྐད་ནི། རིགས་དང་བྱ་བ་དང་ཡོན་ཏན་དང་རྣམས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་ནི་འདི་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། དག་འདི་ལྟ་བུ་  
ནི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་སྤྱི་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་སྟེ།  
བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡལ་མོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་  
ཀྱི་རིགས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དང་ཞིང་གསལ་པོར་བརྗོད་པ་ཉིད་

ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པས་ན་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་བའི་དག་ནི་གཞུང་  
ཀྱན་ལ་བྱབ་ཆེ་ཞིང་དག་གི་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྒྲུབ་དག་གི་  
ལུགས་ལ་ཡང་འདི་དག་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་འབྱུང་བའི་རྒྱན་དམ་  
པར་འདོད་དོ། །དག་མ་འཁྱོགས་པ་དྲང་པོ། རང་བཞིན་རྣལ་མར་བརྗོད་པ་  
ནི། དག་སྒྲིའི་གཞུག་མའི་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན་ལ་དོ་པོ། དབྱེ་བ། མཐུག་དོན་གསུམ་ལས། དང་པོ།  
དཔེ་རི་ལྟར་གནས་པ་དེ་དང་དཔེ་ཅན་རྒྱ་མཚོར་འགའ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་ཅི་ཞིག་  
ལྟར་མཚུངས་པར་གྱུར་བ། དེ་ཉིད་དག་སྒྲུབ་གང་གིས་དངོས་སམ་ལུགས་ལས་  
རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དཔེ་ཡི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེའི་སྒྲོས་པ་འདི་ནི་བདག་  
གིས་རབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས་དཔེས་བརྗོད་  
པ་ལ་རྣམ་གྲངས་སོ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོའི་དཔེ་ནི། མཛེས་མ་བྱོད་  
ཀྱི་ལག་མཐིལ་ནི། རྒྱས་སྒྲེས་བཞིན་དུ་ཀྱན་ཏུ་དམར། ཞེས་སམ། སི་རུའི་  
འབྱུར་དུ་ཅུང་ཟད་དམར་ཞེས་གསུངས། ཞེས་པ་ཆོས་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཅིའི་  
ཕྱིར་ན་དངོས་སུ་བརྟུང་དང་ལག་མཐིལ་གྱི་མཚུངས་པའི་ཆོས་དམར་མདངས་  
དག་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་བརྟུང་བཞིན། མིག་དག་ལྷུང་ལ་  
སྒྲོན་པོ་བཞིན། ཞེས་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་དག་འདྲ་ཆོས་གཅིག་པར་རྟོགས་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་ཆོག་བཞོད་པས་དངོས་པོའི་  
དཔེ་ཉིད་དོ། །འདི་གཉིས་གང་རུང་གི་རྒྱལ་དུ་མཚུངས་སྒྲུབ་དངོས་སུ་ཡོད་པའི་

དཔེ་རྒྱན་ཐམས་ཅད་བརྟེན་དགོས་པས་སྤྱི་ལ་བྱེད་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་ཆེར་  
རོལ་བ་ལས་ཀྱང་། སྤྱིད་གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྤྱིན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་  
སྤྱི་འཆིགས་ལ་བལྟ་དང་མཚུངས། །སྤྱིས་སུའི་ཆོ་སྤྱོད་ནམ་མཁའི་གྲོག་འདྲ་  
སྟེ། །རིག་ཟུར་འབབ་རྒྱ་ལྟ་སུར་སྤྱིར་མཁྱོགས་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་  
སྟེ། །ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་མཛེས་བཀྲམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར། ཅེས་  
པ་དེ་ལྟ་སུའི་འཛིག་རྟེན་ན་བསྐྱེད་སྤྱོད་དཔེར་བྱས་ནས་འགོད་པའི་གྲགས་  
པ་ལས་བསྐྱོག་ནས་གདོང་དཔེ་དང་བསྐྱེད་པེ་ཅན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། བསྐྱོག་  
པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དོ། །ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་རྒྱ་སྤྱིས་ཏེ། །རྒྱ་སྤྱིས་  
བཞིན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཞལ། །ཞེས་པ། དཔེ་དཔེ་ཅན་པན་རྒྱན་མཛེས་ཆོས་ཁྱེད་  
འཕགས་ནི་རྟེན་པར་བྱེད་པ་འདི་པན་རྒྱན་གྱི་དཔེའོ། །སྐུ་བས་འདི་ལ་སྤྱོད་སྤྱི་  
པ་རྒྱུ་པ་ལ་ཁྱོད་པའི་ཆོག་གི་ཐུང་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་འགའ་ཞིག་འབྱུང་མ་མཐོན་  
བར་དོན་གོ་བདེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བཤད་པར་འདོད་དོ། །ཁྱེད་ཞལ་བསྐྱེད་  
ཉིད་དང་མཚུངས། །གཞན་ནི་འགའ་ཞིག་དང་ཡང་མིན། །ཞེས་པ་བསྐྱེད་ཁོ་  
ན་ལས་གདོང་དང་མཚུངས་པ་གཞན་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་དཔེ་གཅིག་ཏུ་  
ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་དཔེའོ། །རི་ཞིག་ཁྱེད་གདོང་བསྐྱེད་ཡི། །རྗེས་འགྲོ་གཞན་ཡང་  
དེ་འདྲ་བ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དཔེ་དེ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་  
གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་མ་བྱས་པས་ངེས་མེད་ཀྱི་དཔེའོ། །ཁྱེད་གདོང་མཛེས་པ་  
ཁོ་ན་ཡིས། །ཁྱེད་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་མིན་ཏེ། །དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་ལས་

གྲིས་ཀྱང་ངོ། །ཞེས་པ། འདི་འདྲ་འདྲ་བའི་ཚེས་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གཞན་  
 ཡང་བསྐྱུས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ཉིད་ལ་  
 མཐོང་གི་ལྷ་བ་འདི་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་མཐོང་བ་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་ཐ་དད་དེ།  
 གཞན་འབྱེད་ཚེས་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་འདི་ཆེས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་དཔེ་འཇམ་  
 ལུལ་བྱུང་གི་དཔེའོ། །མཛེས་མ་དེ་ཡི་བཞིན་གྱི་དཔལ་ང་ཉིད་ལ་ཡོད་ཅེས་  
 ལྷ་བ་ཁྱོད་བསྐྱེམ་པར་བྱ་མི་དགོས་ཏེ། བསྐྱེལ་ཡང་མཛེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རབ་བརྟགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དཔེར་བརྗོད་པས་རབ་  
 བརྟགས་ཀྱི་དཔེའོ། །གལ་ཏེ་མེ་ཏོག་བསྐྱེད་འགའ་ཞིག་ལ་སྒྲིན་མ་ལེགས་པ་  
 དང་རྩམ་པར་འབྲུལ་པའི་མིག་དང་ལྗན་པ་ཞིག་ན་མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་  
 ཀྱི་དཔལ་འཛིན་པར་རྟུག་ཏེ། ཞེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་ལས་དཔེ་ཅན་མྱད་དུ་བྱུང་  
 བའི་དཔེའོ། །ལུས་སྒྲུབ་ཁྱོད་གདོང་རི་བོང་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀུན་གྱིས་བརྟགས་  
 ཤིང་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་གདོང་ཡིན་ནོ་སྒྲུམ་པའི་བསམ་བ་ཡིས་ལྷ་བ་ཡི་  
 ཡང་ཇེས་སུ་བདག་གིས་བསྐྱེགས་ཏེ་སོང་ངོ། །ཞེས་པ་འདི་དཔེ་ལ་དཔེ་ཅན་  
 དུ་ལྷུལ་པས་སྒྲོངས་པའི་དཔེ་རུ་བཤད་དེ། འཛིག་ཉེན་ན་ལྷ་བའི་གདོང་  
 ཅན་དུ་ཡོངས་སུ་གཤམ་པའི་རྒྱ་མཚན་ལས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྲུལ་པ་སྐྱད་དུ་སྒྲུས་པའོ། །འདི་ན་དཀར་ལ་དམར་བས་མཛེས་པའི་ནང་  
 དུ་གཞན་པའི་མདོག་ཅན་གཡོ་བ་འདི། བད་ནང་བྱུང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། ཁྱོད་  
 གདོང་ལ་མིག་གཡོ་འཇམ་ཅི། །བདག་གི་སེམས་ནི་རྩམ་པར་གཡོ། །ཞེས་པ་

འདི་ནི་པན་ཚུན་མཚུངས་ཆེས་པས་ཐེ་ཚོམ་སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་དཔེར་བརྗོད་  
པས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དཔེའོ། །ཟླ་བ་སྒྲེངས་པར་བྱེད་པའི་མཛེས་པ་འདི་ནི་ཟླ་བས་  
ཟུམ་པར་བྱས་ཏེ་ཆར་གཅོད་པའི་བདྲ་མིན་པ་དེ་བྱིར་ཁྱོད་གྱི་གདོང་ཉིད་དོ། །  
ཞེས་པ། རྒྱ་མཚན་ལ་བརྟེན་ནས་དེས་པ་སྒྲིམ་པ་སྐད་དུ་དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་  
ནི་དེས་པའི་དཔེའོ། །ཁོང་དུ་དེས་པ་ཉིད་གྱི་དཔེ་ནི་དཔེ་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཡིན་  
ལ། འདི་དེས་རྟེན་གྱི་དཔེ་ཞེས་སྒྲུར་ན་མིང་ཐད་དུ་འགྱུར་བས་ལེགས་སོ། །  
བསིལ་ཟེར་ཅན་གྱི་ཞེས་ཟླ་བའི་དག་ཟླ་ཡིན་ཏེ་དེས་དེ་ཟུམ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
བདྲ་གང་ལས་སྟོན་ལྟ་མོ་དཔལ་མོ་བྱུང་བས་དཔལ་དང་ལྡན་པ་དང་། དྲི་  
བཟང་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ཁྱོད་གྱི་གདོང་ནི་ཚུ་སྒྲིམ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་  
དཔེ་དོན་གཉིས་ཆོས་དུ་མས་མཚུངས་པར་སྒྲུར་པའི་བྱིར་དཔེ་ཅུ་བཤད་དོ། །  
འདིར་དཔེ་ཅན་ལ་གདོང་ཟླ་བའི་དག་ཟླ་མེ་ཟླ་བ་སྒྲེངས་པར་བྱེད་པ་དང་།  
མཛེས་པའི་དཔལ་དང་ལྡན་པ་དང་། ལུས་དང་ཁའི་དབུགས་དྲི་བཟང་བའོ། །  
དཔེ་དོན་གཉིས་ཀར་གོ་བུང་བ་མཚུངས་པའི་སྒྲ་ཡིས་དེ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་  
བྱའི་བྱིར། དཔེ་དོན་མཉམ་པ་ཉིད་གྱི་དཔེ་སྟེ་རི་ལྟར་ན། སྒྲིད་ཆལ་གྱི་ཐོང་  
བ་འདི་ནི་བུ་མོ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ན། དཔེའི་སྐབས་སུ་སྤྲུལ་སྟོས་དཀར་  
ཀུན་ན་ནགས་ཏེ། སྟོས་དཀར་གྱི་ནགས་གྱི་མཛེས་པ་དང་ལྡན་པར་གོ་ལ།  
དཔེ་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་ས་བཅས་པའི་དོན་ཅན་དང་། ཡ་ལ་ཀ་ལན་བྱ། ལྷ་  
ན་ན་གདོང་སྟེ། ལན་བུར་བཅས་པའི་གདོང་མཛེས་ལྡན་ནམ། མཛེས་ལྡན་



ལན་བྱར་བཅས་པའི་གདོང་ཞེས་པར་འགྱུར་བ་ནི། ཚིག་གཅོད་མཚམས་  
 གྱི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀར་སྒྲུབ་མཉམ་ཉིད་དུ་སྤང་བ་ཅམ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་  
 ཚིག་གི་སྒྱུར་བ་གཅོད་མཚམས་གྱི་དབང་གིས་ཐ་དད་དུ་གོ་བ་འབའ་ཞིག་  
 སྒྱུར་དགོས་ངེས་མེད་ཅེས་དམ་པ་དག་གིས་གསུངས་ན་ཡང་། ཚིག་གི་སྒྱུར་  
 ཚུལ་འདི་འདྲ་མིན་པའི་སྒྱུར་བ་གཞན་ནི་སྒྱུར་བའི་དཔེ་དང་ཁྱད་མེད་དུ་འགྱུར་  
 བས་གོང་ལྟར་བཤད་དགོས་པར་མཛོན་ནོ། །བསྐྱེད་པ་གོ་སར་སོགས་གྱི་རྒྱལ་  
 མང་ཞིང་སྒྲུབ་བ་ནི་མར་རོར་འཛད་པས་ན་གཉིས་པོ་དེ་དག་ལས་ནི་ཁྱོད་གྱི་  
 བཞེན། སྒྱུར་མཚུངས་པ་ལ་ཡང་ཁྱོད་གྱི་གདོང་ནི་དེ་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་  
 མོ་ཞེས་པ་དཔེ་ལ་སྒྲུབ་པའི་དཔེ་དུ་འདོད་དོ། །ཁྱབ་འཇུག་གི་ཉལ་བའི་བསྐྱེས་  
 མེས་པོ་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་དག་གྲུང་བསྐྱེད་པར་བྱས་ལ། སྒྲུབ་བ་ནི་དག་པོ་དབང་  
 རྒྱལ་ཆེན་པོས་གྲུང་གཙུག་ན་འཛིན་པ་དེ་དག་དང་ཁྱོད་གདོང་མཚུངས་ཞེས་  
 པ་དེ་ནི་དཔེ་ལ་བསྐྱེས་པའི་དཔེར་བཅོམ་དོ། །འདི་ལྟར་བཅོམ་པས་ཁྱོད་  
 གདོང་ཡོན་ཏན་ལྡན་ནམ་སྒྱུ་ཅན་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཡང་རུང་སྟེ། ཁྱོད་  
 གདོང་སྒྲུབ་པ་མཚུངས་མོ་ཞེས་པ་ཉིད་བཅོམ་འདོད་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད་  
 ཅེས་པ་བཅོམ་འདོད་གཙོ་བོར་བྱས་པས་བཅོམ་འདོད་གྱི་དཔེ་ཞེས་སུ་རིག་  
 པར་བྱའོ། །སྒྲུབ་པ་ལའང་དཀར་བ་སོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། བཀ་པོ་ར་རི་  
 དང་མར་རོར་འཛད་པ་སོགས་གྱི་སྒྱུ་ཡོད་པས་ཁྱོད་གདོང་དང་སྒྲུབ་པ་འདྲ་ཞེས་  
 བཅོམ་ན་བསྐྱེད་སྒྲུབ་ཅི་འགྱུར་མ་ངེས་གྲུང་ཞེས་སམ། ཡང་ན་ཁྱོད་གདོང་

ཟླ་བ་སྦྱངས་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་དབེར་བྱས་ན་སྤྲོད་པ་དང་། ཁྱོད་གཤོང་གི་ཡི་  
ལུས་ཅན་ཟླ་བ་ཅོར་བུ་ཆུ་ཤེལ་དང་འདྲ་བར་བྱས་ན་བསྟོད་པར་འགྱུར་བ་གང་  
དུ་གྱུར་རུང་ཞེས་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འདྲ་བ་བརྗོད་  
པའོ། །འདྲ་བ་བརྒྱ་བསྟོད་དང་། སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གཤོང་དང་གསུམ་  
པོ་ནི་ཡན་ཚུན་རྣམ་པར་འགལ་ཞེས་པ་དེ་ནི་འགལ་བའི་དབེར་བརྗོད་དོ། །  
འགལ་བའི་དོན་ཅི་ཡིན་བརྟགས་པ་ན་འདི་གསུམ་མཛེས་པར་གཅིག་ཀྱང་  
གཟུགས་དབྱིབས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འགལ་ཞེས་དང་། ཡན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་  
འགུན་པའམ་གཅིག་ལས་གཅིག་མཚར་གྱི་ཚུལ་དུ་ནང་མི་མཐུན་པ་ལྟ་བུ་  
སྦྱིར་མཚུངས་པ་ཤུགས་ལ་གོ་བ་ཞིག་དགོས་སོ། །ནག་པོ་ར་རིའི་དྲི་མ་དང་  
ལྗན་ཞིང་པམ་པོའི་རང་བཞིན་སྒྲུབ་པར་གྱུར་པ་ཟླ་བ་ལ་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་གཤོང་  
དང་འགུན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད། ཅས་པ་དཔེ་ལ་འགུན་པའི་རྒྱས་པ་  
དགག་པའི་དཔེ་ཉིད་དེ། འགུན་མི་རྒྱས་པར་བསྟགས་པའི་ཤུགས་ལས་འདྲ་  
བར་བསྟན་པའོ། །ཁྱོད་གཤོང་རི་དྲགས་མིག་གིས་མཚན། ཟླ་བ་རི་དྲགས་  
ཀྱི་ལུས་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་མོད། དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདི་གཉིས་མཚུངས་པ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་གྱི། ཟླ་བ་ལ་རི་དྲགས་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཡོད་པས་ཁྱོད་གཤོང་  
ལས་ཁྱོད་འཕགས་སུ་གྱུར་པ་མིན་ཞེས་པ་དོ་བསྟོད་དམ་མཛེས་པའི་དཔེ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། རི་དྲགས་ཀྱི་ལུས་དང་ལུས་ཀྱི་ཆ་གས་ཡོད་པ་འདྲ་མི་འོས་པ་ལྟ་བུ་  
ལ་འདྲ་བར་བསྟགས་ཀྱང་མཛེས་པར་གྱུར་པའོ། །དཀར་དམར་མཛེས་པ་

འདི་ནི་བཞིན་རས་ཉིད་ཡིན་གྱི། བསྐྱེད་མེད་ལ། གནག་སྒྲུམ་གཡོ་བ་འདི་དག་  
 སྤང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་ཅེས་བ་དཔེ་དོན་གཉིས་རྣམ་བ་ཆེས་གསལ་པོར་  
 མཚུངས་བ་ཤུགས་ཀྱིས་རྟོགས་བ་ལས། གང་ཡིན་བརྟགས་ནས་བརྗོད་བ་  
 དེ་ནི་དོན་དངོས་པོ་བ་དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེའོ། །འཛིག་རྟེན་འདིར་མཛེས་  
 པའི་མཚོག་ལྷ་བ་དང་བསྐྱེད་དག་གི་ནི་མཛེས་བ་ལས་ཀྱང་འདས་བ་ཁྱོད་གྱི་  
 གདོང་ལ་དཔེར་བྱ་བ་གཞན་མེད་པས་བདག་རང་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་  
 ཞེས་བ་ཐུན་མོང་མིན་པའི་དཔེའོ། །སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་ནག་མོའི་ཁོལ་གྱི་སྒྲུབ་  
 དག་སྒྲིན་གྱི་མོ་ཉ་ལས། འཕྲི་ཤིང་འགའ་ལ་ཡན་ལག་མཛེས་བ་འཛིགས་  
 བཅས་རི་དྲགས་མོ་ལ་མིག་མཛེས་གཡོ་བ་མཐོང་། །འགམ་པའི་མཛེས་འོད་  
 རི་བོང་ཅན་ལ་སྒྲུབ་རྣམས་གཙུག་ཕུད་ཅན་གྱི་མཐུག་སྒྲོའི་ཚོགས་ལ་མཐོང་། །  
 སྒྲིན་མའི་རོལ་སྒྲིག་མཛེས་བ་རྣམས་ནི་ཆུ་ཁྱུང་རྒྱབས་ཐེང་ཐེ་མོ་རྣམས་ལ་རབ་  
 ཏུ་མཐོང་། །ཞེ་མ་གཅིག་ཏུ་ཚོགས་བ་དང་ལྷན་གཡོན་མིག་ཁྱོད་དང་མཚུངས་  
 བ་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བ་འདི་མཛེས་མའི་ལུས་གྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་  
 དང་འདྲ་བ་མཐོང་ཡང་ཆ་ཅན་ཉིད་དང་། སྒྲིག་ནས་འདྲ་བའི་དཔེ་མེད་  
 བར་བསྒྲུབ་པས་ཐུན་མིན་ནམ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་དཔེར་གཏོགས་མོད་གྱི།  
 ཚོག་གི་ཉམས་འགྱུར་བརྟོད་ལུགས་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་གི་དཔེ་བརྗོད་དང་  
 མི་འདྲ་བ་དག་གི་སྒྲིག་ནས་དཔེ་ལས་དཔེ་ཅན་མེད་དུ་བྱུང་བ་དང་བྱུང་མིན་གྱི་  
 དཔེ་སོགས་ཤུགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་ཕྱིར་རྒྱན་འགའ་དང་འགའ་ཡི་ཆ་འདྲེས་

པ་འདི་ལྟ་བུ་སྟོན་དག་མཁན་སོ་སོས་བརྗོད་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། དེས་མཚོན་ནས་  
བརྗོད་ཚུལ་གྱི་ཉམས་ཚུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་མཐའ་མེད་པ་འོང་བ་ནི། བུར་གིང་  
འོ་མ་བུར་སོགས་ཀྱི། །མངར་བ་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བར་ཆེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ནོ། །པདྨ་མཐའ་དག་གི་མཛེས་པའི་སྟིང་པོ་ཀུན་སྟོགས་འགའ་ཞིག་  
དག་ཏུ་བསྟུས་པ་བཞིན་བྱོད་ཀྱི་གདོང་ནི་རྣམ་པར་མཛེས་ཞེས་པ་དེ་ནི་དེ་འདྲའི་  
དཔེ་རྒྱུ་བྱུང་བ་མེད་པས་བྱུང་མིན་གྱི་དཔེ་ཞེས་སུ་རིག་གོ། །བདུད་ཅིའི་རང་  
བཞིན་ལྷ་བའི་གཟུགས་ལས་དུག་བཞིན་དང་། ཆེས་བསིལ་བ་ཅན་ལས་  
ནི་དྲོ་བའི་མེ་བཞིན་དུ། ཞལ་འདི་ལས་ནི་རྩལ་མོའི་ཚིག་ ཅས་པ་འབྱུང་མི་  
མིན་པར་བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པས་མིན་པ་མིན་པའི་དཔེའོ། །ཅན་  
དང་ཅུ་དང་ལྷ་འོད་དང་ལྷ་གཤེལ་དང་སོགས་སྐྱུ་སྐུ་ཁབ་དང་ལྟོ་ཡི་རྒྱུད་དང་གངས་  
རི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་བྱོད་ཀྱི་ནི་ལུས་ཀྱི་རིག་པ་གིན་ཏུ་བསིལ་ཞེས། བསིལ་  
བ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱུང་བར་གསལ་བར་བྱེད་པ་མང་པའི་དཔེ་སྟེ་དཔེ་  
ཅན་གཅིག་ལ་དཔེ་མང་པོ་ལྟན་ཅིག་བཀོད་པའི་བྱིར་རོ། །པརྟེན་ནག་མོའི་  
ཁོལ་གྱིས་དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པར། སྟོན་ལྷ་རབ་རྒྱས་ཀྱི་མུད་དང་  
མཚུངས་ཚུ་གཤེལ་གངས་རི་ལྟར་དཀར་བ། །རབ་དཀར་དཀར་གསལ་གཟི་  
ལྟན་ཡིད་འཕྲོག་ལྟ་མོ་དབྱངས་ཅན་ལ་ཐུག་འཆའ། །ཞེས་དང་། བམ་ཟེ་  
ལུར་ལུས་དབྱངས་ཅན་མའི་བསྟོད་པར། བྱོད་སྒྲུ་འོ་མའི་མཚོ་འདྲ་ཀུན་ཀྱི་མུད་  
ལྷ་ཆེས་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ལུས་ཐ་མ་བྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་

ནི་ཁྱེ་བའི་དགྲིལ་ལམོར་ལས་ད་ལྟ་བཏོན་མ་ཐག་པ་བཞིན་དང་མེད་ཤིག་བསྐྱེད་  
 བྱེད་ནས་ལྷུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་ཅན་ཉིད་དཔེ་དེ་ཡི་རྣམ་འབྱུང་  
 ཉིད་དུ་བསྟན་པས་རྣམ་འབྱུང་གི་དཔེའོ། །རང་གི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཉི་མ་ལ་  
 དཔལ་འཛིན་པ་དང་ཉི་མ་ཡིས་ཉིན་མོའི་དུས་ཀྱི་དང་། ཉིན་གྱིས་ནམ་མཁའ་  
 ལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དཔལ་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་ཡ་རོལ་རྣམ་པར་གཞོན་པས་  
 གྲུང་སྐྱེས་བྱ་ཁྱོད་ལ་དཔལ་འཛིན་ནོ། །ཞེས་པ་དེ་ནི་སྤྱིང་བའི་དཔེ་སྟེ། ལྷ་  
 མ་ལྷ་མ་དཔེ་དང་བྱི་མ་བྱི་མ་དཔེ་ཅན་གྱི་སྤྱིང་བ་རིམ་པར་བསྟན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །འདིར་ཆོག་མ་བཅད་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་ཡི་དག་དོན་གྱིས་ནི་རིམ་  
 བཞིན་གལ་ཏེ་དཔེ་ཅན་གྱི་དག་དོན་ཉི་ཤར་འཇལ་ན་དག་དོན་གྱི་དཔེ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་བཞིན་སྒྲིག་ཅིག་པ་དང་དུ་མའི་དབྱེ་བས་དེ་རྣམ་པ་  
 གཉིས་སྒྲུབ་ཆོད་དོ། །དག་དོན་ཞེས་པ་དཔེར་ན་ཆོག་མ་བཅད་གཅིག་གིས་  
 བསྟན་པ་དེ་རྣམས་བཟོད་བྱའི་དོན་ཚན་གཅིག་བཟོད་པའི་དག་རྒྱན་དུ་འབྲེལ་  
 བ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་འདུས་པ་ལས་མིང་། མིང་འདུས་པ་ལས་ཆོག་  
 ཆོག་དུ་མ་འདུས་པ་ལས་དག་གི་རྒྱན་འབྱུང་བའི་དག་དེའོ། །དང་པོ་དག་  
 དོན་གྱི་དཔེ་བཞིན་སྒྲིག་ཅིག་པ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་ནི་མི་བརྟན་པར་  
 གཡོ་ཞིང་། སྐྱེ་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ནི་གཞལ་བྱ་དོན་གྱི་དག་དོན་  
 ཏེ་དཔེ་ཅན་ནོ། །འདི་ལ་གདོང་དང་མིག་དང་སྐྱེ་འོད་ཆོག་དུ་མ་འདུས་པས་  
 དག་དོན་དུ་སྒྲུབ་བ་ཡིན་ནོ། །འཇལ་བྱེད་དཔེ་ཡི་དག་དོན་ནི། འདམ་སྐྱེས་

བསྐྱ་དང་། དེ་ལ་འཁོར་བ་བྱང་བ་ལུས་གཡོ་བ་དང་ལྡན་བ་དང་ནི་མེ་ཉླ་ག་  
གི་གེ་སར་དག་གིས་མཚོན་པར་བྱེད་བ་བཞིན་དུ་མཛེས་སོ་ཞེས་བཤོ། །ལམས་  
འབྲེལ་དུ་འདིའི་རྒྱ་སྐད་ཆོག་པ་ཅད་ཀྱི་གདོང་མིག་སོགས་དཔེ་ཅན་དང་།  
བསྐྱ་སོགས་དཔེ་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་བྱིན་བ་བཞིན་དུ་དཔེ་དཔེ་  
ཅན་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་རུང་བྱིན་བ་དེར་འདྲ་དགོས་ཞེས་བཤད་འདུག་  
བཞིན་སྐྱ་དུ་མ་ཅན་ནི། བསྐྱ་ཅན་ཏེ་བསྐྱའི་ཚུ་བའམ་ལུ་བ་བཞིན་དུ་ལུས་སྐྱ་  
མ། བསྐྱ་བཞིན་དུ་དེ་ཡི་གདོང་། སྐྱར་ཅི་སྐྱོད་པས་བཞིན་དུ་ནི། བདག་གིས་  
ཡང་ཡང་འཁྱུངས་ཤིང་ཅེས། ཞེས་ཅི་བར་བྱས་ཞེས་བཤད་དོན་ནོ། །འདིར་  
ཡང་བསྐྱའི་ལུ་བ་དང་ལུས་སྐྱ་མའི་སྐད་དོད་ལ་དུག་པ། བསྐྱ་དང་གདོང་ལ་  
གཉིས་པ། བདག་དང་སྐྱར་ཅི་སྐྱོད་པའི་མིང་ལ་གསུམ་པ། འཁྱུང་བའི་སྐད་  
དོད་ལ་ཨོ་བྱིན་པའོ་ཞེས་བཤད། བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་སྐྱོན་དུ་  
ཉི་བར་བཀོད་ནས། དེ་ཡི་ཆོས་མཐུན་གྱི་དཔེ་རྗེས་སུ་བཀོད་པ་དེ་ལ་མཚུངས་  
པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་བ་མེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་མཉམ་པ་ཉིད་དམ་འདྲ་བ་  
ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཅན་དེ་ནི་སྐྱ་པོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཡིན་ལ། དེའི་དཔེར། རྒྱལ་  
པོ་རྣམས་ནི་མང་པོ་ཞིག་སྐྱེས་པར་གྱུར་ཀྱང་། ད་ལྟ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་འདྲ་གཅིག་  
ཀྱང་མེད། ལྟ་ཤིང་ཡོངས་འདུ་དག་གི་རྒྱང་འཁྱུང་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་ལས་གཉིས་  
པ་ངེས་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་སྟེ་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཁ་ཅིག་  
ལ་དཔེ་བརྗོད་འདིས་བརྩམ་པ་མང་ངོ་། །དཔེ་གང་ཞིག་ཡོན་ཏན་ལྷག་པས་

དཔེ་ཅན་དམན་པ་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡི་ཚོགས་གཅིག་ལ་རབ་རྒྱ་བསྐྱས་  
ནས་སོ་སོར་མི་འབྲེད་པར་གང་སྒྲུས་པ་དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བའི་དཔེ་རྒྱ་  
བཤད་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་མིན་པུ་ལོ་མའི་དག་བརྒྱ་བྱིན་ནི་མཐོ་རིས་ལྷའི་  
ཡུལ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ནི་ས་སྟེང་གི་ས་ནམས་སྤྱང་བའི་མེལ་ཆེ་བྱེད་ལ།  
བརྒྱ་བྱིན་དེ་ཡིས་དྲེགས་ལྷན་ལྷ་མིན་དང་། ཁྱེད་ཀྱིས་མི་ཡི་བདག་པོ་དྲེགས་  
ལྷན་གཞན་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བརྒྱ་བྱིན་དང་རྒྱལ་པོ་ཡུལ་སྤྱང་བ་དང་  
གཞན་འཛོམས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་ལ་བསྐྱས་ཏེ་བརྟེན་པས་དེ་གཉིས་འདྲ་བར་  
བྱས་པ་སྟེ་འདི་ལ་འང་མཚུངས་པའི་སྒྲུ་སྤྱར་མི་དགོས་སོ། རྒྱལ་པོ་འདི་ཉིད་  
ལས་མཛོམས་པས་ལྷ་བ་དང་། གཟི་བྱིན་གྱིས་ཉི་མ་དང་། བརྟན་པས་རྒྱ་མཚོའི་  
རྩིས་སུ་བྱེད་ཅིས་པ་འདི་ནི་མཛོམས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུའམ་རྒྱ་མཚན་དེས་དཔེ་དེ་  
དག་འདྲ་བར་བྱས་པས་ན་རྒྱ་ཡི་དཔེར་དྲན་པ་སྟེ་ཤེས་སོ། ཞེས་མཚུངས་ཆོས་  
རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་དཔེ་རྩིས་སུ་བྱས་ཏེ་འདྲ་བར་བརྟེན་ན་རྒྱ་དཔེ་དང་། དཔེ་  
སྟོན་དུ་བཀོད་ནས་མཚུངས་སྒྲུ་རྒྱུར་ཞིང་འདྲ་ཆོས་རྩིས་སུ་བརྟན་ན་ཆོས་དཔེར་  
འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ་བརྟེན་ཚུལ་གྱི་ཉམས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཅུ་མོ། །

གསུམ་པ་དཔེ་རྒྱན་མཐུག་དོན་ལ། དཔེ་བརྟེན་གྱི་སྒྱོན་སྤང་བ། མཚུངས་པ་  
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་བརྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། སྒོ་ལྷན་དག་རིག་སྒྲུ་བ་ནམས་  
ཀྱིས་བརྟགས་ན་མི་ལོགས་ཤིང་ཐོས་ན་མི་སྒྲོན་པའི་སྒྱོན་མི་དབྱེས་པ་མེད་  
པའི་དག་གང་ལ་ནི། དེས་པར་དཔེ་ཡི་སྒྱོན་ལྷར་སྤང་བ་དག་ནི་འདི་ལྷར་དཔེ་

དཔེ་ཅན་ཐ་དད་པའི་རྟགས་སྤྱུང་བ་དང་། ཆོག་ལ་མང་ཆོག་ཏུ་ཆོག་རྣམ་  
པ་མི་མཚུངས་པའི་སྒྲིན་མེད་ལ། དཔེ་དཔེ་ཅན་དམན་བ་དང་ལྷག་བ་དག་  
ཏུ་སྤྱུང་བ་ཉིད་ལའང་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དཔེར་ན། དཔེ་དཔེ་ཅན་རྟགས་  
མཐའ་ཐ་དད་པ། མ་ནིང་འདི་འགོ་ཚུལ་བྱད་མེད་བཞིན་དུ་འཇམ་མོ། །ཞེས་  
དང་། བྱད་མེད་འདི་གཏམ་སྒྲུབ་སྒྲེས་པ་བཞིན་ནོ། །མང་ཆོག་ཏུ་ཆོག་མ་  
མཚུངས་པ་བདག་གི་ད་ལྟའི་གོགས་འདི་ཆོར་བས་དུ་མའི་སྒྲིག་རྣམས་བཞིན་  
དུ་སྤྱུག་ཅིང་ཡངས་སོ། །བད་སྒྲོད་སོགས་ཀྱི་རིག་པ་རྣམས་ནི་བསྒྲུབ་པར་བྱ་  
བའི་ནོར་བཞིན་དུ་བཅལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་སོ་སོར་ཏུང་  
ཆོག་དང་མང་ཆོག་སྤྱུང་བའོ། །དཔེ་དཔེ་ཅན་དམན་ལྷག་ནི། ས་གཞི་སྒྲིང་  
བ་མི་ཡི་རྒྱལ་པོ་བྱེད་བཞིན་དུ། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛེས་སོ་ཞེས་བ་  
དཔེ་ཅན་དམན་བ་དང་། ཆ་ཟེར་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་ལ། །མི་བདག་ག་ཟེ་ཡིས་  
འགོང་བར་རུས། །ཞེས་དཔེ་ཅན་ལྷག་པའོ་ཞེས་བ་ལྷ་བྱུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གཉིས་རྟགས་དང་མང་ཏུང་གི་ཆོག་མི་འདྲ་བ་དང་པན་  
ཚུན་དམན་ལྷག་ཏུ་སྤྱུང་བ་ལྟར་སྤྱང་ཡང་སྒྲིན་དེ་དག་གིས་གོས་པ་ཅུང་ཟད་  
མེད་ཅིང་། དག་གི་རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་ནམ་ཡང་གཏོང་བ་མིན་པ་ཉིད་དེ་བརྗོད་  
ཚུལ་ལ་མཁས་པས་སོ། །

དག་གི་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་འགའ་ལ་དག་རིག་པའམ་གཤེས་པ་རྣམས་མི་དགེས་པ་  
ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ན། རྟགས་མི་མཚུངས་པས་ན་བར་མི་མཛེས་པ། དང་མོ་བཞིན་



དུ་ལྷ་བ་དཀར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། མང་ཚིག་ཏུ་ཚིག་སྒྱུར་ཚུལ་མི་ལེགས་  
པ། མཚོ་རྒྱམས་བཞིན་དུ་མཁའ་དྲི་མེད། ཅིས་མཁའ་གཅིག་ལྟ་བུ་དཔེ་ཅན་  
དེ་དཔེ་མཚོ་རྒྱམས་ཞེས་སྒྱུར་ན་མང་ཏུ་གི་སྒྲུ་ན་བར་མི་མཛེས་པའི་བག་ཙམ་  
ཡོད་ལ། དོན་མཚོ་རྒྱམས་ལ་དྲི་མ་ཡོད་ཅིང་རྟོག་པའང་ཡོད་པས་མི་ལེགས་  
སོ། །དམན་ལྟ་གཞི། བྱི་བཞིན་དཔའ་བོ་རྩེ་ལ་གྱུས། ཉི་མ་བཞིན་དུ་མེ་  
བྱེར་གསལ། ཞེས་པ་འདི་འདྲ་སྤངས་ཏེ། མཁས་པ་རྒྱམས་ཀྱི་དག་སྒྱུར་བའི་  
སྐབས་སུ་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལྟ་བུ་ཡང་སྒྲུབ་དག་རྩོམ་པའི་  
སྐབས་འདིར་ནི་བསམ་བར་བྱས་ཤིག་ཅིས་སོ། །

གཉིས་པ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་བཤད་པ་ནི། བཞིན་དང་ལྟ་བུ་དང་  
ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྒྱམས་ཏེ། ཞལ་བཟླ་བཞིན། བཟླ་ལྟར་མཛེས། བཟླ་ལྟ་  
བུའོ། །བཟླ་རི་ལྟར་གདོང་ཡང་རོ། །བཟླ་དང་མཐུན་པ་དང་། མཚུངས་པ་  
དང་ཡང་དག་མཚུངས་པ་དང་། མཉམ་པ་དང་། བྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་ལྷ་བའི་  
མཛེས་པ་ཡང་དག་པར་གསལ་ལོ། ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དེས་པར་གསལ་  
ཞེས་དང་། རབ་ཏུ་གསལ་ཞེས་དང་། བྱོད་གདོང་ལྷ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་  
བོའོ། །ཡང་ན་དེ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་གཉེན་བོའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
དེ་སྦྱེངས་པར་བྱེད་པས་དག་ལྷ་དང་། དེས་དེ་སོ་སོར་རྟོགས་པའམ་ཤེས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་དེ་གཉིས་སོ་སོར་རྟོག་གྱུར་ཟེར་དེ་དང་དེ་པན་ཚུན་  
ཆ་འགའ་ཞིག་གིས་དབྱེར་ཡོད་པས་འགའ་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དང་དེ་འདྲ་

བ་དང་། དེ་དེ་ལ་བལྟ་བ་གང་དང་བཅས་པ་ནི་མཐོང་པའི་དོན་གྱིས་མངོན་  
 ཏུ་སྟོགས་པའམ་ཉེ་བའི་དོན་ཅན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཞལ་བསྐྱའི་མདངས་དང་  
 བཅས་ཞེས་བཅས་པའི་སྒྲིས་འདྲ་བ་མཚོན་བ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
 རོ། །དེས་ན་འགལ་དང་བལྟ་བཅས་ཞེས་པ་འདི་དག་དག་དོན་བརྗོད་པའི་  
 དོན་གྱིས་འདྲ་བར་གོ་རྒྱས་ཀྱི། འགལ་དང་བལྟ་བཅས་ཞེས་སྒྲི་རང་སོར་  
 བོས་པས་འདྲ་བ་བོད་སྐད་ཏུ་གོ་དགོ། །འགལ་ཞིག་མཚུ་བེམ་པ་དང་འདྲ་  
 བར་མཐོང་ཞེས་བལྟ་བཅས་ཞེས་པ་འདྲ་བར་མཐོང་ཞེས་བསྒྱུར་བ་ཡོད། དེ་  
 བཞིན་ཏུ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་སྒྲི་བའི་མཛེས་པ་བསྒྲུ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་  
 དང་དེ་རིགས་མཐུན་པ་དང་། གདོང་གི་མཛེས་པ་བསྐྱའི་རྗེས་སུ་སྒྲུ་ཞེས་བདག་  
 གིས་སྒྲི་བ་ལ་གོ་བར་བྱ་སྟེ་དཔེ་ཅན་གྱིས་སྒྲི་བ་སྐད་ཏུ་བྱས་ཀྱང་རབ་བརྟག་  
 དང་འདྲེས་པའི་སྒྲི་མཚུངས་པ་གོ་ཅམ་ཏུ་རུང་ངོ་། །

སྒྲི་བའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་། ཞེས་དང་། ཁྱོད་གདོང་སྒྲི་བ་གཅིག་  
 ཏུ་བསྐྱེབས། ཞེས་པ་ལྟ་བུས་ཀྱང་འདྲ་བ་གོ་ལ། སོ་སོར་བསྐྱེབས་ཞེས་པའི་  
 ཉེར་བསྒྱུར་བྱ་ཉིའི་སྒྲི་ནི་དོན་གྱི་དབང་གིས་གོ་བར་བྱ་ཡི། སོ་སོར་ཞེན་ཡང་  
 ཡན་ཚུན་བསྐྱེབས་པའི་དོན་ཏུ་གོ་བར་བྱ་ཡི། རྣམ་གྲངས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིར་གོ་  
 བ་ཅུང་མི་བདེའོ། །གཟུགས་སམ་རང་བཞིན་མཚུངས་པ་དང་། གཟུགས་  
 མཉམ་པ་ནི་བོད་སྐད་ཏུ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིས་མཚུངས་སྒྲི་ཁྱད་པར་ཏུ་བྱས་པ་རྒྱ་  
 སྐད་ས་རུ་པ་གཟུགས་བཅས་ཞེས་གོང་གི་བལྟ་བཅས་ལྟར་དོན་གྱི་དག་ཅན་

ནོ། །ཁྱོད་གདོང་གིས་ལྷ་བའི་མངོས་པ་ཡང་དག་པར་འཇལ་ལོ། །ཡང་དག་  
 རོགས་ཉིད་བསྐྱར་ནམས་འོག་མའི་དོན་དེ་ངེས་བཟུང་གི་ཚུལ་གྱིས་སྟོན་པ་  
 ལས་བོད་སྐད་ལ་དེའི་སྒྲ་ལྟ་ག་པོར་བརྗོད་མི་དགོས་པའི་སྐབས་དུ་མ་ཡོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །མཚན་ཉིད་མཐུན། མཚན་ཉིད་འདྲ། མཚན་ཉིད་མཚུངས་ཞེས་  
 པའི་དོན་དུ་བསྐྱར་ཀྱང་ཀྱང་པེར་སྐད་དོད་སོ་སོར་ཡོད་འདུག་གོ། དེ་དེའི་  
 མཐུན་སྟོགས་སུ་བྱས་པ་ཞེས་ཟེར་ཀྱང་གདོང་འདི་ལྷ་བའི་སྟོགས་སུ་བྱས་ལྟ་  
 སུ་དཔེ་ཅན་དཔེའི་སྟོགས་དང་བཅས་པའམ་སྟོགས་སུ་སྒྲ་བ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་  
 གདོང་ལ་ལྷ་བ་དཔེར་བྱས་སོ། །ལྟ་སུ་དང་། མངོས་པའི་དཔེ་ནི་ལྷ་བའོ་ལྟ་  
 སུ་དང་། ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བ་སུ་བདག་གིས་རྟོག་གོ་ཞེས་དང་། དེའི་ཆ་འདྲ་  
 ཉིད་དུ་མཐོང་ངོ་། །བསམ་མོ། །བརྟག་གོ། །དམིགས་སོ། །ཞེས་སོགས་དུ་  
 མ་ཞིག་ཀྱང་མཚུངས་པ་གོ་བྱས་པའི་དག་ཡིན་ནོ། །ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བ་ལས་  
 དམན་ཡང་དག་པ་པོ་གཞན་ལས་མཚོག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་སྦྱིར་འདྲ་བར་གོ་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་ཕྱང་ཟད་དམན་དང་། རོགས་ཁོངས་ནས། གས་ཆེར་  
 འདྲ། ཆ་འདྲ། འདྲ་བ་ཅམ། འདྲ་ལ་ཁད། སྟོགས་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟ་སུས་  
 སྦྱིར་ལྷ་བ་དང་ཆ་འགའ་ཡིས་འདྲ་བ་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །གདོང་གིས་བསྐྱེད་  
 དང་ཚུལ་སྒྲ། ཞེས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་ལྷ་བ་ནི། གནས་ཀྱི་དབང་  
 གིས་སོ་སོར་བརྒྱུག་། རིགས་མཐུན་པར་འདྲ་བའམ་མཉམ་པར་བྱས་པའི་  
 སྒྲ་དག་ནི་མཚུངས་སྦྱིར་ཀྱི་དཔེ་དང་། ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ལྟ་སུ་དེ་དག་

མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོད་དོས་སུ་མེད་ཀྱང་མཚུངས་པར་དོན་གྱིས་གོ་  
བའི་དག་དོན་དེ་ནི་མཚུངས་པར་གོ་བྱེད་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་བྱུང་པར་གྱི་དཔེ་  
དང་། རབ་བརྟགས་ཀྱི་དཔེ་དང་། མྱོང་བྱུང་གི་དཔེ་དང་། མྱོངས་པའི་དཔེ་  
དང་། ཐེ་ཚོམ་གྱི་དཔེ་དང་། དེས་པའི་དཔེ་དང་། དགག་པའི་དཔེ་དང་། འགལ་  
བའི་དཔེ་དང་། དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེ་རྣམས་ལ་མཚུངས་སྐྱོད་དོས་སུ་མེད་  
ཀྱང་མཚུངས་པར་གོ་བ་འདི་དག་དག་དོན་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་ནོ། །མཚུངས་  
སྐྱོད་དོས་སུ་མེད་ན་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོད་བཤད་པར་སྐབས་སུ་བགྲང་  
མི་རུང་དོ་སྙམ་ན། བཞིན་སོགས་མཚུངས་སྐྱོད་དོས་སུ་མེད་ཀྱང་མཚུངས་  
པར་གོ་བྱས་ཀྱི། དག་དོན་དེ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོར་སོང་བས།  
མཚུངས་པ་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱོད་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་དེ་བརྗོད་པར་ཆེས་  
རིགས་ཏེ། གཞུང་འདིར་ཡང་དེ་རྣམས་དོས་སུ་གསུངས་པ་གང་ཡང་དཔེ་  
ཅན་དམན་པ་མིན་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་འབྱུང་མང་པོ་ཡི་ཆོག་སྟེང་དུ་གྱུར་པ་  
ནི་རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་ཅན་སོགས་ཀྱི་སྐྱོད་ཡང་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་  
ཡིན་ཏེ། རི་བོང་མཚན་མ་ཅན་ལྷ་བ་དང་འདྲ་བའི་གདོང་བ་ཅན་ལ་བར་གྱི་  
ཆོག་བསྟུས་ཏེ་ལའི་གདོང་ཅན་ཞེས་བརྗོད་ན་ལྷ་བ་དང་འདྲ་བའི་གདོང་  
བ་ཅན་ཡིན་པར་གོ་བྱས་ཏེ་འདྲ་བའི་ཆོག་མི་དགོས་སོ། །སོགས་ཁོངས་ནས་  
ཞུགས་མིག་ཅན་བྱུང་འབྱུག་གི་སྟོབས་ཅན་སོགས་དེའི་རིགས་ཅན་ཀུན་སྟེང་  
པ་ཡིན་ནོ། །དེས་གཞན་ཡང་མཚུངས་སྐྱོད་དོས་སུ་མེད་ཀྱང་མཚུངས་པར་

གོ་བ་དེ་ལ་འགྲན་ཞེས་དང་། དེ་དེ་ལས་རྒྱལ་ཞེས་དང་། དེ་དེ་ལ་སྤང་ཞེས་  
 དང་། དེས་དེ་ལ་འཁྱུ་བ་དང་། དེས་དེ་ལ་མི་མཐུན་པར་སྒྲོག་པ་དང་། དེས་  
 དེ་ལ་འཐབ་པ་དང་། དེས་དེ་འཕྱུ་བ་དང་། དེས་དེ་སྤྱོད་འབེབས་བྱེད་པ་དང་།  
 དེས་དེ་ལ་ཅོ་འདྲི་བ་དང་། དེས་དེ་འགོག་པ་དང་། དེས་དེ་ལ་འཕྱུ་བའི་རྣམ་  
 པས་དགོད་པ་དང་། ཐལ་དོག་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལ་མི་བཟོད་པ་དང་། དེ་ཡི་  
 སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། དེ་ཡི་མཛེས་པ་བྱམ་བྱེད་དང་། དེ་དང་འགྲན་  
 ལས་ཚར་གཙོད་དང་ཞེས་པ་རབ་བརྟགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་འདྲེས་པའི་མཚུངས་  
 པགས་ལ་བྱེད་དོ། །དེ་དང་མཚུངས་ལས་ལྟག་པར་མཛེས་ཞེས་དང་། འཛེགས་  
 ཞེས་དེའི་གོང་དུ་སྤང་བར་ཡང་འཆད་དོ། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་རྒྱུ་ལ་འཛོག་པ་  
 དང་། དེ་ཡི་ལྷུས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེ་ཡི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་། དེ་ཡི་  
 རྗེས་སུ་འཆིང་བ་དང་། དེ་ཡི་རང་རྒྱལ་དེ་འགོག་པ་དང་། དེ་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་  
 ཅས་པའི། སྒྲ་རྣམས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་  
 སྐབས་འདྲ་མཚུངས་ཀྱི་སྒྲ་དུ་མ་བྱུང་བ་རྒྱ་སྐད་ལ་སྐད་དོད་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་  
 བོད་སྐད་ལ་སྒྲོས་པར་སྤང་། །ཁ་ཅིག་ག་ཟུགས་མཉམ། མཚོན་ཉིད་འདྲ། མཚོན་  
 ཉིད་མཚུངས་ཞེས་སྒྱུར་བ་ཁམས་འགྲེལ་དུ་བཀག་པར་མཛད། །ཁ་ཅིག་བལྟ་  
 དང་བཅས་སོ་སོར་བྱེ་བའང་མི་འཐད་གསུངས་པ་སོགས་ཅུང་ཟད་འདྲ་མིན་  
 གྲ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་མང་། དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་སོགས་ཀྱི་སྐད་དོད།  
 དེ་ལྟ་ཡ་དང་། དེ་ལྟུ། གཉིས་སྒྲེན་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བོད་སྐད་དུ་དམན་སོགས་

སྤྱོད་འབྱུང་བྱས། དཔེ་དམན་པར་བརྟེན་ན། ཁྱེད་གྱི་ཞལ་ལས་ཟླ་བ་དམན་  
སོགས་བརྟེན་པར་འབྱུང་། དཔེ་ཅན་དམན་པར་བརྟེན་ན་འདྲ་བ་ཙམ་གོ་ཡང་  
ཅུང་ཟད་སྤྲད་པའི་ཉམས་སྲུ་འགོ་བ་སོགས་བརྟེན་ཚུལ་གྱི་སྤྱི་རིས་དུ་མ་འབྱེད་  
རྒྱུ་ཡོད། རོན་གྱིས་གོ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱི་འགའ་ཞིག་གི་རོན་རི་བཞིན་མ་གོ་  
བའི་དེ་ཉིད་ཐད་ཀར་བཀོད་པའི་མཚུངས་པའི་སྤྱི་འདེད་པར་བརྟེན་བྱས་པ་རྣམས་  
སྤྱོད་རྒྱ་མེད་པ་དུ་མ་འདུག་ཀྱང་། གོང་ལྟར་གོ་བ་བསྐྱང་ན་རོན་མི་གོ་བ་  
མེད་དོ་ཞེས་པ་བདག་སྤྲོད། །སྤྱི་མ་པལ་གྱིས་བོད་སྐད་དུ་མི་སྒྲོས་པའི་འབྱུང་  
ཚུལ་མ་རྟོག་པས། པལ་ཆེར་རྒྱ་སྐད་རང་སྟོར་བཞག་ཀྱང་སྤྱར་ཐང་སྤྱི་གྲ་  
ཤྱིས་ཐམས་ཅད་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ནས་གངས་དུག་ཅུ་ཅུ་ལྟར་བཤད་དེ། དཔེ་  
རོན་གསལ་བྱེད་ཉེར་གཉིས། འདྲ་རོན་གསལ་བྱེད་བཙེ་བརྒྱད། དཔེ་རྒྱན་  
གསལ་བྱེད་བཙེ་ལྷ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་བཅུ་ཞེས་སྡེ་ཆོན་བཞིར་མཛད་  
ཀྱང་ད་དུང་སྒྲོས་པ་ཡོད་ལ། སྡེ་ཆོན་བཞིར་རྒྱ་འགྲེལ་ལ་ཡི་མ་གྲགས་ཤིང་།  
མི་བཟོད་པ་ཡན་སྡེ་ཆོན་གཅིག་དང་། དེ་མན་སྡེ་ཆོན་གཅིག་ལྟེ་སྡེ་ཆོན་གཉིས་  
སྤྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ན་བཤད་ཅེས་ཁམས་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཆོར་  
གསུངས་སོ། །འདི་ཙམ་མཆོན་བྱེད་ཡིན་གྱི། གདོང་བདྲའི་མཛེས་པ་ལས་ལྟ་བུ་  
གམ་མདུན་དུ་བྱུང་བ་དང་། དེའི་བད་ཚུལ་དུ་བྱུར་བ་དང་། དེ་དང་ཚུལ་གཅིག་པ་  
དང་། ཁྱེད་མེད་པ་དང་། དེས་དེ་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་པ་སོགས་ཆོག་གི་སྤྱི་རིས་མི་  
འདྲ་བ་རྣམས་པ་སྤྱི་ཆོགས་གྱིས་ཀྱང་མཚུངས་པ་གོ་བར་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་གཟུགས་ཙན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད་མདོར་བསྟན། དབྱེ་བ་དཔེས་  
 རྒྱས་པར་བཤད། དཔེ་རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་དུ་མཐུག་བསྟུང་བ་གསུམ། དང་པོ་  
 གང་ཞིག་ཚུལ་མཚུངས་པར་གྱུར་པའི་དཔེ་དང་དཔེ་ཙན་གཉིས་པོ་ཐ་དད་དུ་  
 བཀོད་ནས་འདྲ་བར་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་པར། དཔེ་ཙན་དཔེའི་རྣམ་པར་བཀོད་  
 བས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བ་མིན་པར་དོན་གཅིག་ཏུ་བརྟགས་པ་ཡི་དཔེ་  
 རྒྱན་ཉིད་ནི་གཟུགས་ཙན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་སུ་འདོད་དོ། །དཔེ་ཙན་དཔེའི་གཟུགས་  
 སུ་བཀོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནང་གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་ཉི་ལྔ་ཡོད་པ་རིམ་  
 པར་བསྟན་པ་ལས། དབྱང་བ་འཕྲི་ཤིང་ལག་པ་ནི། །བདུ་རྒྱུད་པ་ཡལ་འདབ་  
 པོ། །ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཙན་གཉིས་གྱི་བར་གྱི་འབྲེལ་སྒྲུབ་མ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པའི་  
 སྒྲུབ་སྒྲུས་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་ལག་པའི་འཕྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས་ཡལ་  
 འདབ། སེན་མོའི་འོད་ཟེར་ནི། མེ་ཏོག་ཏུ་གྱུར་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་། །ཁྱེད་ནི་  
 དེད་ལ་མཛོན་སུམ་རྒྱ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དུག་སྒྲུབ་མ་བསྒྲུས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུ་མ་  
 བསྒྲུས་པའི་གཟུགས་ཙན་ནོ། །གཟུགས་ཙན་གྱི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་འདི་གཉིས་  
 དང་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ལས་མི་འདའ་བས་སྒྱིར་བསྟན་  
 པའོ། །བཞིན་ལྷ་འཇུག་པའི་ལྷ་འོད་ཅེས་པ། གཟུགས་ཙན་བསྒྲུས་དང་མ་  
 བསྒྲུས་པའོ། །རྒྱལ་པོ་འཆར་བྱེད་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། རྣམ་རྟོག་བདག་  
 ཏུ་འཛིན་པའི་དག་ཆེན་པོ། །འདི་ནི་སྒྲུབ་ཞིན་དངོས་པོ་མེད་བཞིན་དུ། །ཐོག་  
 མ་མེད་ནས་བདག་ལ་གནས་ནས་ནི། །བདག་གི་ཚེས་སྒྲུ་ཡིད་བཞིན་རིན་

ཆེན་དེ། །གཞོན་མའི་ཕུ་ནས་དག་ཡིས་བརྐྱས་ནས་སྟ། །མཚན་མའི་ཆང་  
ཆང་གསེབ་ཏུ་སྤྲས་ནས་བདག་ །ད་དུང་འཆིང་ཞིང་འཁོར་བར་འབུམ་དུ་  
གཞུག་ །འཛིག་རྟེན་དགས་ནི་བསད་ནས་ནོར་འཕྲོག་ཅམ། །དེ་ལ་བཞོད་  
བྱས་བསོད་ནམས་ཆོགས་ཀྱང་རྫོགས། །དག་འདིས་ཞི་བདེ་ཐར་བའི་སྲོག་  
ཀྱང་གཅོད། །དེ་བརྟེན་བསོད་ནམས་འཁོར་བའི་འདམ་དུ་འཆིང་། །ཞེས་  
དང་། རྣམ་རྟོག་དག་ལ་རྒྱལ་བའི་ཤོམ་ར་ཡང་། །དད་བས་སྦྱིན་དང་རྩལ་  
ཁྲིམས་མཁར་བཅིགས་ཏེ། །དག་བའི་དབུང་བྱས་བཞོད་བའི་གོ་སྟོན་ལ། །  
བརྩོན་འགྲུས་ལྷག་ཐོགས་བསམ་གཏན་གཞུ་བདུང་སྟེ། །བདག་མེད་སྟོང་  
བའི་མདའ་ཡིས་བདག་འཛིན་བསད། །ཅིས་དང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས་  
ཀྱང་། འདི་ནི་ས་ཡི་སྟོང་པོ་སྟོན་གྱི་སངས་རྒྱས་གདན་ལ་བཞུགས། །ཞི་  
གནས་གནམ་དུ་ཐོགས་ཤིང་སྟོང་བ་བདག་མེད་མདའ་རྣམས་ཀྱིས། །ཉོན་  
མོངས་དག་རྣམས་བཅོམ་སྟེ་ལྟ་བའི་བྱ་བ་བྲལ་ནས་སྟ། །བྱང་རྩལ་དམ་པ་  
ཞི་བ་རྒྱལ་མེད་མུ་ངན་འདས་པ་འཕྲོབ། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ཀྱང་གཞུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཡིན་ན། །གང་གི་རྐང་བའི་སྤར་མོ་དམར་  
བའི་འདབ་མའི་སྤེང་བ་དང་། བེན་མོའི་འོད་ཀྱི་གེ་སར་ཅན་མི་བདག་ཁྱོད་  
ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་རྩ་སྟེས་ནི་ས་སྟོང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱི་པོར་འཛིན་ནོ། །འདིར་  
སྤར་མོ་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་རྣམས་བདུའི་ཡན་ལག་དང་། ཡན་ལག་ཅན་  
རྐང་བའམ་རྐང་བས་དཔེ་ཡི་ཡན་ལག་ཅན་བདུ་ཉིད་བྱས་ནས་བདུ་དེ་འོས་



པའི་གནས་སུ་ཞེས་སྒྱུ་བོའི་ཙན་པན་ལ་བཀོད་པ་འདི་ནི། ཡན་ལག་དང་  
 ཡན་ལག་ཙན་གཉིས་ཀ་གཟུགས་སུ་བྱས་པས་མཐའ་དག་གཟུགས་ཙན་ཉིད་  
 རོ། ། གྲུ་གཏུམ་མོ་ཞེས་བོས་ནས་ཁྱོད་གདོང་གི་མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ་  
 ཞིང་རྩལ་གྱི་ཆུ་ནི་ཐིགས་པ་ཡི་དོག་པ་ལུ་ཏིག་འོད་ཙན་འཛིན་ནོ། ། ཞེས་རྒྱ་  
 མེད་སྟོ་ལུ་རྟུ་ཁྱོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པའི་རྒྱུད་གཏུམ་པ་མ་ལ་བརྗོད་པ་  
 རྒྱུད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། འདིར་ནི་རྩལ་རྒྱུད་ཀྱི་མེ་ཏོག་གི་གོང་བུ་དོག་དོག་  
 བོ་ལུ་ཏིག་གི་འོད་ཙན་དུ་བྱས། མཆུ་ཡང་ཡལ་འདབ་ཉིད་དུ་བྱས་ཏེ་དེ་ལྟར་  
 ཆ་ཤས་གཉིས་བོ་གཟུགས་སུ་བྱས་ཀྱང་། ཆ་ཤས་ཙན་གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་  
 དུ་མ་བྱས་པ་དེ་ཕྱིར་ཆ་ཤས་ཀྱི་གཟུགས་ཙན་ནོ། ། གདོང་པའི་འདམ་སྒྲེས་  
 པདྨ་ལས་སྒྲིན་མ་འཁྱོགས་ཤིང་། རྩལ་གྱི་ཆུ་ནི་ཟག་པ་དང་། ཐིག་ཟུང་དག་  
 ཀྱན་ཏུ་དམར་པ་འདི་ནི་འདོད་པས་ཁྱོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་པར་བྱེད་  
 པའོ། ། འདིར་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་སྒྲིན་མ་སོགས་དཔེ་ཡི་རྣམ་འགྱུར་དུ་མ་བྱས་  
 པར་། ཆ་ཤས་ཙན་གདོང་པ་ཉིད་པདྨར་བཀོད་པར་བྱས་པ་དེས་ན་འདི་ཆ་  
 ཤས་ཙན་གྱི་གཟུགས་ཙན་ནོ། ། མཛེས་མ་གང་ཞིག་འདོད་པས་ཁྱོས་པའི་མ་ལུར་  
 ཚོས་དམར་ཞིང་ཐིག་གི་ལྷུང་ལ་དམར་བོ་ཙན། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་རང་དམར་  
 བར་མ་ཟད་སྒྱེ་བོ་ནི། གཞན་འདི་ཡང་ཆགས་པའི་མདངས་དམར་བོའི་རང་  
 བཞིན་དུ་བྱས་སོ། ། དེ་ལྟར་ཡན་ལག་གི་གཟུགས་ཙན་གྱི་སྐབས་འདིར་ནི་  
 ཡན་ལག་གཉིས་ཀྱི་གཟུགས་ཙན་དང་། གསུམ་སོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་

ཀྱང་འདིས་མཆོན་ནས་ཤེས་པའམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་འདིན་ཡན་ལག་གཅིག་གི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །སྐབས་འདིར་ཡན་ལག་དུ་ཙམ་བཀོད་པའི་ནང་ནས་གཅིག་གཞུགས་སུ་མ་བྱས་པར་བཞག་ནས། གཞན་གཞུགས་སུ་བྱས་ནས་ཡན་ལག་དུ་ཙམ་གཞུགས་སུ་བཀོད་པ་དེའི་གྲངས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །འག་དོན་དེར་ཡན་ལག་ཡོད་ཆོད་གཞུགས་སུ་བཀོད་ན་ཆ་གས་གཞུགས་ཅན་དེར་བྱེད་འབྱེད་མི་རུས་སོ། །

ལྟན་པའི་གཞུགས་ཅན་དང་མི་ལྟན་པའི་གཞུགས་ཅན་ཐ་དད་བྱེད་པའི་དཔེ་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཁང་ཞེན། གདོང་འདི་འཇུམ་པའི་མེ་ཉླ་འོད་འབར་ཞིང་མི་བརྟན་པར་གཡོ་བའི་མིག་གི་བྱང་བ་ཅན་ནོ། །ཞེས་པ། མེ་ཉླ་གི་བྱང་བ་དང་འགྲོགས་པས་ན་ཕན་ཚུན་ལྟན་པའི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །གདོང་ནི་འཇུམ་ཞིང་རྟན་གྱིས་གཤེར་བའི་རྒྱ་འོད་དང་། གནག་ཅིང་སྒུམ་པའི་མིག་གི་ལྷན་ལ་ཅན་ནོ། །ཞེས་པ་རྒྱ་འོད་གྱིས་ལྷན་ལ་རྩམ་པར་བྱེད་པས་དེ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་འགྲོགས་པར་མི་འོས་བས་འོས་མིན་ནམ་མི་ལྟན་པ་ཞེས་པའི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །ཡན་ལག་ཅན་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞུགས་ཅན་རྒྱུར་བརྟེན་གས་གང་རུང་གི་ཚུལ་དུ་གཞུགས་སུ་བྱས་ནས། ཡན་ལག་རྣམས་གཞུགས་སུ་བྱས་པ་དང་། གཞུགས་སུ་མ་བྱས་པ། འཐེང་འགྲོས་ལྟར་རིམ་བར་སྒེལ་བ་ལ་བརྟེན་པ་མི་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་གཞུགས་ཅན་བརྗོད་ཚུལ་མཛོམས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྗོད་ན། ཁྱུས་པའི་མཁུང་ཆོས་རབ་དམར་ཞིང་། སྒྲིན་

མའི་འཁྲི་ཤིང་གར་བྱེད་པ། །ཁྱོད་གདོང་ཟླ་བ་ཡིད་སྦྱབ་གྱིས། །འཛིག་རྟེན་  
གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་བྱས། །ཞེས་པ་འདིར་སྒྲིན་མ་དང་གདོང་གཟུགས་ཅན་  
འཕར་མར་བྱས་པ་ཡིན་ཡང་གཟུགས་སུ་བྱས་པས་ཚོགས་གི་འཕར་མ་དེ་དགོས་  
ངེས་མིན་ལ། །གཟུགས་བྱས་མ་བྱས་སྟེལ་མར་བཀོད་ན་ལེགས་སོ། །རྩ་  
རྩའི་བུ་མོ་ཞེས་པ་རྒྱ་བོ་གསྒྲའི་མིང་རོ། །དེ་རྒྱ་གོས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་  
དེ་ནི་འཕྲོག་བྱེད་བྱེད་འཇུག་གི་རྒྱུ་པའི་ཕྱིར་ལྷན་པ་འཕམ་རེག་པ་ཞེས་སོ། །  
འགྲུར་འགར་ཅེ་ལ་བཏགས་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་། དེས་ཅིར་འགྲུར་ན། ལྷ་མིན་  
བཅོམ་ཟེན་པས་དོགས་པ་མེད་ཅིང་ལྷ་རྒྱལ་མཚོག་ཏུ་དགའ་བའི་དགའ་  
སྟོན་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་མཚན་འདི་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པ་འདིར་གང་  
ཞིག་རྒྱལ་མཚན་གྱི་བྱེད་པར་རྒྱ་གོས་དང་རྒྱུ་བོ་ཚོགས་པ་ཡི་གཟུགས་ཀྱི་  
རྒྱལ་མཚན་འདི་འདྲ་བ་དེ་ནི་བྱེད་འཇུག་གི་རྒྱུ་པ་ཏོག་གི་གཟུགས་སུ་ལྷ་  
བྱས་པ་ལ་བཀོད་དེ་བརྗོད་པ་འདི་ནི་རྒྱུ་པ་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་འཕགས་པས་  
ཏོག་གི་གོ་ཚོད་པར་གྱུར་པའི་བྱིར། བྱེད་པར་བཅས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །  
ཞེས་པ་མི་ཏུས་འགྲུར་བཅོམ་མཛད་པ་ལྷར་འབྱུ་མནན་པ་ཡིན་ལ། འགྲུར་  
སྒྲུ་མ་རྒྱལ་སྒྲུ། བྱེད་འཇུག་རྒྱུ་པ་རྩ་རྒྱུ་ཡི། །བུ་མོ་འཛི་རྒྱ་གོས་ཅེ་ལ་བཏགས། །  
ཞེས་དང་། གང་ཞིག་ཏོག་གི་བྱེད་པར་གྱི། ཚོགས་ཀྱི་གཟུགས་ནི་འདི་འདྲ་  
བ། །དེ་ནི་རྒྱུ་པ་ལ་བཀོད་དེ། །བྱེད་པར་དང་བཅས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །  
ཞེས་བྱས་པ་འདྲ་དོན་འདི་དང་འདྲ་ལ་གོ་བདེའོ། །དོན་ལ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་

ཏོག་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་དང་། དབང་ལྷག་གི་རྒྱལ་མཚན་ནི་ཁྱེ་མཆོག་གི་མགོ་བོས་མཚན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཁྱབ་འཇུག་གི་ཁྱེང་དང་། གཞོན་ནུ་གདོང་དྲུག་གི་བྱ་གཤམ་གི་རྒྱལ་མཚན་བདུད་གྱི་རྒྱ་མིན་གྱི་རྒྱལ་མཚན་སོགས་མཚན་མ་ཐ་དད་པ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། ཏོག་དེ་ཡི་འོག་ཏུ་དར་གྱི་ཤམ་བུ་དང་བཙས་པ་དེ་དག་གཞན་ལས་རྒྱལ་བའི་ལྷག་མཚན་ཡིན་ནའང་། འདིར་ཁྱབ་འཇུག་གི་རྒྱ་དང་ཉིད་ཏོག་གི་གཟུགས་སུ་མ་བྱས་པར་རྒྱ་གོས་དང་ཆོགས་བའི་ལྷ་རྣམས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན་དུ་གྲུབ་པ་ནི་རྒྱལ་མཚན་ཁྱེང་པར་ཅན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

དེ་ཡང་ཁྱབ་འཇུག་གིས་ལྷ་མིན་ཆར་བཙད་དེ་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བྱ་དགའ་ལ་ལྷ་ཆར་ས་པ་ཆེན་པོས་རྒྱ་བོ་གཏུ་ཞབས་བསིལ་དུ་བྱིན་ཞེས་གྲགས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྦྱར་བ་སྟེ། དེའི་ཆོ་ལྷ་རྣམས་ལྷ་མིན་གྱིས་འཆོ་བའི་དོགས་པ་མེད་ཅིང་། དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་མཚན་དུ་གྲུབ་པའི་རྣམ་པར་བརྗོད་པའོ། །གཏུ་ལ་ར་རྒྱའི་བུ་མོར་གྲགས་པའི་གཏམ་རྒྱུ་ནི། རྩོན་རྒྱུད་ཐོབ་དང་། སར་ལྷན་ཞེས་བྱ་བའི་ལྷ་མ་ཡིན་སྟེན་གཉིས་ཡོད་པ་དེས་རྒྱུད་ཐོབ་ཐུག་པའི་གཟུགས་སུ་བྱས། སར་ལྷན་མིའི་ཆ་ལུགས་བྱས་ནས་བཤམ་ཟེ་དང་དང་སྒྲོང་མགོན་དུ་བོས་ཏེ་རྒྱུད་ཐོབ་ཐུག་པའི་གཟུགས་སུ་བྱས་པ་དེ་བཤམ་ནས་བསྟེན་བཀྱར་ཆེན་པོ་དང་བཙས་ཁ་བས་བསྟེན་པ་དེ་རྣམས་གྱིས་ཐོས་པ་དང་། སར་ལྷན་གྱིས་བྱི་རོལ་ཏུ་སོང་སྟེ། བུ་རྒྱུད་ཐོབ་གན་ཡོད་ཚུར་

ཤོག་ཅེས་བོས་པ་དང་། གང་ཟོས་པ་དེ་དག་གིས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྟོ་བ་བཏོལ་  
 ཏེ་ཕྱིར་བྱུང་ངོ་། །ཚུལ་འདིས་དྲང་སྟོང་དང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་རྣམས་ལྟག་མ་  
 རྩུང་བད་ལུས་པ་ཙམ་དུ་བྱས་པས། ལྟ་རྣམས་ཀྱི་མཚོད་སྒྱིན་བྱེད་པ་ཡང་  
 ཟད་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ལྟ་རྣམས་འདུས་ནས་དྲང་སྟོང་ཆེན་པོ་ཨ་གསུའི་  
 གནས་སུ་སོང་སྟེ། ལྟ་མིན་དེ་གཉིས་གསལ་པའི་དོན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་  
 དང་། རི་ཙམ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ཉིད་མཐོན་དུ་བོས་པས་དེར་བཟའ་བ་  
 ཟོས་པ་དང་། སར་ལྟན་ཀྱི་བྱ་རྒྱུད་ཐོབ་ཅེས་སོགས་སྟེ་མ་ལྟར་བོས་པ་ན་དྲང་  
 སྟོང་གིས་སྒྲེགས་པ་ཞིག་བཏོན་ཏེ། དེ་ནི་ངས་ཁྱེད་པ་བྱས་ཟིན་ཏེ་ཞེས་སྒྲུས་  
 པས་སར་ལྟན་ཁོ་བས་འབྲུགས་པ་དང་དེ་ཡང་མངོན་སུམ་ཟོས་སོ། །རི་ཙམ་  
 ན་ཨ་གསུ་སྟོམ་པས། སྤྱིང་འདིའི་མཚོ་དང་རྗེང་བུ་ཐམས་ཅད་འབྱུངས་ཀྱང་  
 མངོམས་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འབྱུངས་སོ། །

དེ་ཆོ་རྒྱ་མཚོ་འཕ་དུག་ཙན་པ་ཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་རྩུང་མ་གཉིས་ཡོད་  
 པ་ལས། གཅིག་ལ་འཚོལ་བ་ཞེས་པའི་བུ་ཞིག་ཡོད་ལ། ཅིག་ཤོས་ལས་ལྟ་  
 ཆེན་པོ་ལས་མཚོག་ཐོབ་པའི་བུ་དུག་ཁྲི་ཡོད་པར་གྱུར་ཏོ། །རི་ཙམ་ན་རྒྱལ་  
 པོ་དེས་རྟའི་ཆོལ་ཞེས་བྱ་བའི་མཚོད་སྒྱིན་བྱེད་པར་བརྩམས་ནས་སྟོམ་པ་  
 སྤངས་ཏེ། མཚོད་སྟོང་ལ་འདོགས་པའི་རྟ་བསགས་གིང་། མེ་ཐབ་ཀྱི་ཁ་  
 རྩེར་སོགས་བྱས། རྟ་དེ་དག་བསྐྱུང་ཕྱིར་གོ་མཚོན་དང་བཅས་པའི་བུ་དུག་  
 ཁྲི་པོ་བཞག་གོ། །དེ་ཙམ་ན་བྱུང་འདུག་གིས་བསམ་པ་འདི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་

པོ་སྒྲམ་པ་འདི་ཐབས་གང་གིས་དགང་སྒྲམ་པ་དང་། ཏུག་ཅན་པའི་མཚོན་  
 གྱིན་གྱི་རྟ་རྒྱམས་བརྒྱས་ན་དོན་འབྲུག་པར་རིག་ནས། རྟ་དེ་རྒྱམས་སྤངས་  
 བས་ས་འོག་ཏུ་ཞུགས་པ་བྱ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཐོས་པས་རྒྱ་མཚོ་སྒྲམ་པའི་ས་འོག་  
 ཏུ་ཞུགས་པ་དང་། བྱལ་འཇུག་བྱང་སྤོང་སེར་སྒྱའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་སེང་  
 གའི་ཁྱི་ལ་འདུག་པའི་གན་ན་རྟ་དེ་ཀུན་ཡོད་པར་མཐོང་བ་ན། རྟ་རྒྱམས་  
 འདིས་ཐོག་གོ་སྒྲམ་དུ་ཁྱོས་གིང་བྱལ་འཇུག་ལ་བརྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟ་  
 རྒྱམས་ཕྱིར་འབྱེར་བར་བརྩམ་པ་དང་། བྱལ་འཇུག་གིས་རང་ལ་བརྟན་པར་  
 ཤེས་ནས་ཁྱོས་པའི་མིག་གིས་བལྟས་པས་བྱ་དེ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པས་  
 ཐལ་བར་བྱས། དེ་དག་གི་ནས་དཔྱལ་བར་སྒྱེས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཏུག་ཅན་  
 པས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཐོས་པས་རྟ་རྒྱམས་ཕྱིར་སྤང་བའི་ཕྱིར་བྱ་འཚོལ་  
 བ་བཏང་བ་དེས་བྱལ་འཇུག་བརྟོད་པ་སོགས་མཚོན་པས་མཁྱེན་པར་བྱས་ནས་  
 རྟ་རྒྱམས་སྤངས་ཏེ་སྤྲར་རང་གི་གྲོང་དུ་འོང་བ་དང་མཚོན་གྱིན་ཡང་བྱས་སོ། །  
 རྒྱལ་པོ་ཏུག་ཅན་པ་ཆེ་འཕོས་ནས་ལྟའི་གནས་སུ་སྒྱེས། འཚོལ་བར་རྒྱལ་  
 པོར་གྱུར། དེའི་བྱ་ལྟར་བ་ཞེས་པས་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཆེ་བདག་གི་  
 བྱའོ་རྒྱམས་རྒྱ་འདིས་དཔྱལ་བར་སྒྱེས་ཞེས་ཐོས་ཀྱི། དེ་རྒྱམས་ཀྱི་དོན་པ་འཚོལ་  
 བ་དང་མེས་པོ་ཏུག་ཅན་པ་དག་གིས་མ་བྱས་པས་བདག་གིས་བྱའོ་ཞེས་ལྟའི་  
 ཚུལ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལྟའི་ལོ་སྤུམ་ཁྱིའི་བར་དཀའ་ཐུབ་སྤྱད་ཀྱང་དབང་  
 མ་བྱས་སོ། །དེའི་བྱ་ལི་བ་ཞེས་བྱ་བས་ཀྱང་དེའི་དོན་དུ་ལྟའི་ལོ་སྤུམ་ཁྱིའི་

བར་དགའ་ཐུབ་བྱས་ཀྱང་དབབ་མ་རྒྱས་ནས་འདས་སོ། །  
 དེའི་ཐུ་རྩ་གོ་ར་ཐ་རྟེ་སྒྲུབ་ལྡན་གྱི་ད་ཉེས་བྱ་བས་དགའ་ཐུབ་ཆེན་པོས་ཆོངས་  
 བ་མཁྱེན་བར་བྱས་པ་དང་། ཆོངས་པས་དེ་ལ་མཚོག་བྱིན་པ་ཅི་ནས་དེའི་མིའི་  
 འཛིག་རྟེན་དུ་གྲུབ་འབབ་པ་དེ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲུབ་ནས། ཆོངས་པ་ཆེན་པོས་  
 རྩལ་གྲུབ་ལ་བྱོད་མི་ཡི་ཡུལ་དུ་འབབ་པར་གྱིས་ཞེས་སྒྲུབ་པའི་ཆོ་དེས་གིན་  
 ཏུ་སྒྲེ་སྒྲགས་བཏོན་ཏེ་དེར་སོང་ན་ཀྱང་གྱི་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་ནས་རིགས་ངན་  
 མོགས་གྱིས་ཀྱང་བརྟེན་པར་གྱུར་ན་རི་ལྟར་བྱ། མེས་པོའི་བཀའ་ལས་འདའ་  
 བྱའང་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཤུགས་ཆེན་པོས་སོང་སྟེ་ས་འོག་ཏུ་ཞུགས་པར་  
 བྱ་སྒྲུབ་པ་དང་། ཆོངས་པས་དེ་ལ་ཅི་བྱོད་མིའི་འཛིག་རྟེན་དུ་དག་བྱེད་གྱི་བྱ་  
 བ་མ་བྱས་པར་ས་འོག་ཏུ་འབབ་པར་བྱེད་དམ་ཞེས་ཆོར་བཅད་ནས། ལྷ་ཆེན་  
 པོས་རང་གི་རལ་བའི་ནང་དུ་བཞག། དེ་ནས་ཐྱིར་འབྱུང་བ་ལ་ལྷ་འི་ལོ་སྟོང་  
 དུ་འཁོར་ཞིང་བབ་ཀྱང་མཐའ་མ་རྟེན་དོ། །དེ་ནས་སྒྲུབ་ལྡན་གྱི་ད་ཉེས་དགའ་  
 ཐུབ་གྱིས་ལྷ་ཆེན་པོ་མཁྱེན་བར་བྱས་ནས་རལ་བ་བཅོར་བ་དང་། རི་ཉི་མེར་  
 ཐིགས་པ་གཅིག་བབ་པ་ལས་སྒྲིད་ཅིག་ལ་མཚོ་ཆེན་པོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར། དང་  
 སང་ནི་དེ་ཐིགས་པ་བདུན་དུ་གྱུར་ནས། སྤྱི་དྲ་དང་། སྤྱི་རྩ་དང་། བཟུ་དང་།  
 གཞུ་དང་། འཛིག་རྟེན་རྒྱན་དང་། སྐལ་དང་ཆོམ་པ་ཉིད་དང་། བ་ལི་ནི་ཞེས་  
 བྱ་བར་གྲགས་སོ། །རི་ཙམ་ན་གཞུ་དེས་ལྷོ་ཕྱོགས་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་  
 འདའ་བར་བྱའོ་སྒྲུབ་དུ་རྟེགས་པ་དང་བཅས་ཏེ། རི་ཁ་བ་ཙན་ཐུག་ནས་དེ་

དག་གི་ཡུལ་དུ་བདེ་བར་བབ་པ་ལས། དེའི་ཆོ་དང་སྒོང་རྩ་ཞེས་པ་དཀའ་  
ཐུབ་དཀའ་པོ་ཅན་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རིའི་སྤུལ་དེར་ནལ་འབྱོར་སྒོམ་པ་ཞིག་ཡིད་པ་  
དེས། གང་དེ་ལྟར་ཅུ་ཅའི་སྒྲ་སྒྲོག་ཅིང་སྒྲིག་པས་དལ་འབབ་བྱེད་པ་མཐོང་  
ནས་ཁྲོས་ཏེ་སྒྲིམ་པ། ང་ཡི་གནས་དང་ཉེ་བ་འདིར། །ལུང་མེད་འདི་ནི་སྒྲིག་  
པ་ཡིས། །འཛེམ་པ་མེད་པར་ཅི་བྱིར་འགོ། །སྒྲིད་ངན་སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན། །  
ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ་གང་བླངས་ནས་འཁུངས་སོ། །སྒྲར་ཡང་སྟ་གོ་ར་ཐས་དང་སྒོང་  
དེ་དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས་མཉེས་པར་བྱས་པས་གང་སྒྲར་བསྒྲུགས་པར་བྱས་པས་གང་  
དེ་དེ་ནས་བྱུང་སྟེ་གོགས་མེད་པར་སྒྲིགས་བཞིར་སོང་བས་ས་འོག་གང་བར་  
བྱས་ནས་དུག་ཅན་གྱི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལུང་པོ་ལྟག་མ་  
ནམས་ནམ་པར་བཀྲས་སོ། །དེ་ནས་དེ་ནམས་དཔལ་བ་ལས་འཛོམས་ཏེ་མཐོ་  
རིས་སུ་སྒྲིམ་ཞེས་གྲགས་སོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་གང་ལ་རྩ་ལྷུ་འུ་མོར་འབོད་  
པ་བྱུང་། རྒྱ་ཡི་རིགས་ནམས་ལུང་མེད་ཀྱི་དྲགས་ཅན་དུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དང་སྒོང་ཨ་གསུ་འདིས་སྒོན་དུས་སུ་རི་འབྲིགས་བྱེད་ཅིས་བྱ་བ་གིན་དུ་མཐོ་  
བས་ཉིམ་བསྒྲིབ་པ་དེ་བསྒྲེལ་ནས་རྩ་བ་ལུབ་བྱང་གི་སྒྲིགས་དང་། ཅུ་མོ་གར་  
སྟོར་བསྟན་ནས་བཞག་པས། འདིས་མིང་ལ་ཨ་གསུ་རི་འདོར་རམ། རི་བསྒྲེལ་  
ལམ། རི་བྱི་ཞེས་གྲགས་ཏེ། ཨ་ག་རི། ཏ་ར་འདོར་སོགས་སྒྲ་སྒྲུབ་རྩུལ་དུ་  
མ་སྒྲུང་རོ། །རི་ཞེས་པ་དང་སྒོང་སྒྲི་མིང་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་སྒྲན་ཆར་འབབ་  
པའི་དང་སྒོང་ནི་རི་བྱི་དེ་ཡིན་པར་བཤད། སྒྲིར་བོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་མཚན་ནམས་



རྒྱ་ནག་གི་ལྷགས་ཡིན། རྒྱ་གར་བས་དབྱུག་པའི་ཅེ་མོར་དར་བཅགས་ནས་  
 ཡུར་བ་ལ་རྒྱལ་མཚན་དུ་གྲགས་ཞེས་ཁམས་འགྲེལ་སོགས་སུ་བཤད། བད་  
 རྒྱུ་མས་ནི་མི་ཟུམ་ཞིང་། ཁམ་མཁའ་ལ་ཡང་མི་འགོ་བ། ཁྱིད་གདོང་ལྷ་བ་  
 བདག་གི་ནི། ཁྱོག་རྒྱམས་འཕྲོག་པ་ཉིད་དུ་བལྟའམ་མཐོང་རོ། འདི་ལྟར་  
 ལྷ་བའི་བྱ་བ་བདུ་ཟུམ་པ་དང་མཁའ་ལ་འགོ་བ་བྱ་བ་མིན་པ་དང་། མཚོན་  
 ཆ་སོགས་གཞན་གྱི་བྱ་བ་སློག་འཕྲོག་པ་དག་གདོང་གི་ལྷ་བ་འདིར་ཡང་དག་  
 བཟུང་། དེའི་ཕྱིར་བྱ་བ་འགལ་བ་ཞེས་བུའི་གཟུགས་ཕན་ནོ། ཁྱིད་ནི་  
 ཟབ་པས་རྒྱ་མཚོ་དང་། བརྒྱུད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རི་བོ་ཡིན། འཛིག་ཏེན་རྒྱམས་  
 ལ་འདོད་པ་ནི། ལྟེར་ཕྱིར་དཔག་བསམ་རྒྱུ་འཕྱང་རོ། ཞེས་རྒྱུ་ལས་འཕྱང་  
 བ་ཤིང་གི་མིང་རོ། འདིར་ནི་ཟབ་པ་ལ་སོགས་པའི། རྒྱ་རྒྱམས་དག་གིས་  
 རྒྱ་མཚོ་རི། དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་འང་བྱེད་པས་ན། འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཟུགས་  
 ཕན་ནོ། ཁྱོགས་མོ་ཁྱིད་ཀྱི་གདོང་གི་བདུ་འདི། རྩ་ཆ་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་དང་།  
 ཉིས་ཞེས་པ་དང་བ་དང་མཚོག་གཉིས་ལ་འཇུག་པས་དཔེ་ཅན་ལྟར་ན་རྒྱལ་  
 པོ་མཚོག་གིས་ཉིར་སྤྱད་དུ་འོས་པ་དང་། དཔེ་བདུ་ལ་དང་པའི་རྒྱལ་པོས་ཉིར་  
 སྤྱད་འོས་ཞེས་སྒྲ་ཡི་སྒྲོ་ནས་སྤྱར་བའོ། འང་པ་ལུས་དཀར་ཞིང་རྒྱུད་པ་དང་  
 མཚུ་དམར་པ་དང་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པས་མ་ར་གོ་ཤར་བཤད། དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་ཀའང་དྲི་ཞེས་པས་བུང་བས་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་དེ་ལ་འཁོར་བར་འོས་  
 སོ་ཞེས་དོན་སྤྱར་བ་ལྟེ། ཞེས་པ་འདི་ཉིད་གཟུགས་དང་གཟུགས་ཕན་གཉིས་

ཀའི་ཚེས་དག་གཅིག་གིས་སྤྱར་བས་སྤྱར་བའི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །འདི་དང་  
ཚུལ་མཚུངས་པ་མངོན་བརྗོད་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་མཚོན་བརྗོད་དུ། གང་གི་  
གཏིང་མི་དཔག་པ་མཁྱེན་བརྟེ་ཡི། །རྒྱ་མཚོ་སྤྱོད་མེད་ཡོན་ཏན་མི་ཟད་པ། །  
དེ་ནི་དཔལ་དང་བདུད་རྩི་འཛིན་ཏུ་ཡང་། །སློབ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟེན་པར་  
བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཙོ་བོ་དཔེ་ཡི་དངོས་བོ་དང་ནི་པལ་བ་དེར་  
བཏགས་པས་དཔེ་ཅན་ལ་དེ་གཉིས་ཚེས་མཐུན་པར་བརྗོད་པ་དང་། སྤྱར་  
ཚེས་མི་མཐུན་པ་མཐོང་བས་གོང་ལས་བསྒྲིག་པས་ནི་རིམ་བཞིན་དཔེ་དང་  
ལྷོག་པ་ཅན་ཞེས་པའི་གཞུགས་ཅན་ཀྱི་རྒྱན་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དེ། དཔེར་  
བརྗོད་ན། གདོང་དཀར་བོ་གང་ལ་ཆགས་པས་ཚུས་པས་ཀུན་ཏུ་དམར་བ་  
ཡིས་བཀའ་བ་བཞིན་རས་ཀྱི་ལྷ་བ་འདི། ཉི་མ་འཆར་ཀའི་དམར་བ་ཡི་འོད་  
ཀྱིས་བཀའ་བ་བས་ཡིད་འོང་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལྷ་བ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འགྲན་  
ཞེས་པ་དཔེ་ཡི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །ནམ་མཁའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷ་བ་བདུད་  
རྩི་རང་བཞིན་ཅན་འདི་ལ་འོངས་སྤྱོད་དེ་འཐུངས་སོ། །བདག་གིས་ཁྱོད་  
གདོང་ལྷ་བ་ཡི་མཛེས་པ་ངོམས་པ་མེད་པར་འཐུངས་ལ། གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་  
ལྷ་བ་འདི་ནི། ཏྲག་ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། གདོང་གི་ལྷ་  
བ་འདི་ནི་ཏྲག་ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྗོད་གསུངས་པ་སྟེ་ཆ་ཡིས་འགྲིབ་པ་མེད་  
དོ་ཞེས་པ་ནི། གཙོ་བོ་ལྷ་བ་ལྷ་བ་དེ་དག་ཆ་ཡོངས་སུ་གང་བ་ཡིན་མིན་མི་མཐུན་  
པ་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ལྷོག་པར་བསྟན་པས་ལྷོག་

པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །མངོས་མ་ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བཞི། འདི་ལྟར་གཞན་དག་  
 ཆགས་གདུང་གིས་སྒྲུག་པར་བྱེད་པས་ལྷ་བ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མིན་ནོ་  
 ཞེས་པ་དེ་ནི་གདོང་གི་ལྷ་བ་ལ་སྒྲུང་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །མངོས་པས་གཞན་  
 ཡིད་གདུང་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་གདུམ་མོ་ཞེས་བོས་ནས། ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བས་ཀྱང་  
 བརྩེ་བ་མེད་པར་བདག་ཆགས་པའི་མེས་བསྐྱེགས་པ་འདི་ནི། ལྷ་བ་བསིལ་  
 ཞིང་དགའ་བ་སྐྱེད་འོས་ཀྱི་བྱ་བ་མིན་པར་མ་ཟད། བདག་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆགས་  
 རོགས་སྒྲུལ་བ་རན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ལྷ་བ་ལ་སྒྲུང་  
 པ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་དེའི་ཡུལ་ཅན་རང་ཉིད་ལ་འདུག་པས། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་  
 གཉིས་ཀར་སྒྲིབ་མཉམ་དུ་འཛོལ་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །ཁྱོད་གདོང་འདམ་  
 སྐྱེས་པ་དྲུ་དང་། དེ་སྒྲུར་ཡང་དོར་ཞེས་གར་བྱེད་པའི་ས་གཞིའི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད། སྒྲིབ་མའི་འཁྲི་ཤིང་དང་དེ་སྒྲུར་ཡང་གར་མཁན་མའི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་ནས། དེས་རོལ་ཅིང་སྒྲེག་པའི་ཉམས་ཀྱིས་གར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་གཟུགས་  
 ཅན་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་ནམ། གཟུགས་ཅན་འཕར་མ་ཞེས་སྒྲིབ་པའི་ཉམས་  
 ཁྱོད་པར་བ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ལ། གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེ་དག་ནང་པན་ཚུན་  
 འབྲེལ་ཆགས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། གང་རུང་རུང་མི་བྱའོ། །དཀར་ལ་དམར་  
 པའི་མདངས་ལྟན་འདི་ནི་གདོང་མིན་ཏེ་འདི་པ་དྲུ་འོ། །གནག་སྒྲུལ་གཡོ་བ་  
 འདི་དག་མིག་མིན་ཏེ་བྱུང་བའོ། །དཀར་ལ་མངོས་པར་བསྒྲིགས་པ་འདི་རྣམས་  
 མེ་ཏོག་གི་གོ་སར་ཉིད་ཡིན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱོ་ཡི་འོད་ཟེར་མིན་ནོ། །ཚིག་འདིས་

མདོན་སྐུམ་གྱི་སྦྱོད་ཡུལ་གདོང་ལ་སོགས་པ་ཉིད་མིན་ཞེས་བསྟོན་ནས་བསྒྲིག་  
སྟེ་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་གཞུགས་སུ་དོར་བའམ་བསྐྱབས་པར་བྱས་པས། གདོང་  
སོགས་ལ་བསྐྱེད་སོགས་དང་འདྲ་བའི་ཡོན་ཏན་བྱད་འཕགས་ཡོད་པ་གསལ་  
བར་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་བསྟོན་དོར་གྱི་གཞུགས་ཅན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ། དེ་ལྟར་གཞུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་གོང་བརྟན་  
དཔེ་རྒྱན་དེ་ཡི་དབྱེ་སྒྲོ་ཕུ་མོ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་རྟོག་རྣམས་ལ་མཐའ་འདི་ཙམ་  
མོ་ཞེས་ཆོད་བབྱང་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར། དག་རིག་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ཕུན་  
རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིགས་ཙམ་ཞིག་བརྟན་པ་འདི་ལས་མ་བརྗོད་པ་གཞན་འདི་དང་  
ཆ་འདྲ་བའི་བརྗོད་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་པ་དག་ཀྱང་འདི་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་ནས་  
རང་གི་སྒྲོས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །

བཞི་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་དེ་བོ་དོས་གཞུང་། དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་། སྐབས་  
ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ། རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྣམས་བཞི་  
པོ་གང་རུང་ཚིག་གཅིག་ལ་ནི་གནས་པ། དག་གི་སྒྲིགས་གང་རུང་གཅིག་ན་  
ཡོད་ལ་དེ་ཡིས་གལ་ཏེ་དག་གི་རྒྱན་དེར་ཡོད་པ་ཀུན་ལ་མིག་ཤེས་པ་ལྟར་དེ་  
གཅིག་བྱས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐན་པར་གྱུར་ན། དེ་ནི་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་དུ་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་དོར་སྐྱེད་པེ་  
བརྗོད་མཛད་པའི་རྣམ་གངས་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་རིགས་བརྗོད་  
པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། རྟོ་སྒྲིགས་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུད་གིས་འབྲི་གིང་གི་

འདབ་མ་རྟིང་པ་ས་ལ་ལྷགས་པར་བྱེད་ཅིང་། ལང་ཚོ་བདོ་བའི་རུ་མའི་ཁུར་  
 གྱིས་དུད་པའི་ལུས་ཅན་མ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ན་ཡོད་པའི་སྒྲེས་པ་ལ་མི་འདུད་  
 པའི་ཁེངས་པ་དག་ཀྱང་གསར་དུ་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་སྟོ་  
 ཡི་རྒྱུད་ཞེས་པའི་རིགས་བརྗོད་པའི་ཚིག་གཅིག་ཤུ་འདིས་འོག་གི་དོན་ཐམས་  
 ཅད་གསལ་པར་བྱེད་པའོ། །བྱ་བ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། རྒྱུད། །ཞེས་  
 པའི་བྱ་ཚིག་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ཐོག་མར་བཀོད་ནས། ཅི་ཞིག་རྒྱན་སྟོགས་བཞིའི་  
 ཆར་ཐུབ་པའི་ཆུ་གཏེར་ཏེ་རྒྱ་མཚོ་བཞི་ཡི་རོགས་ཀྱི་སྒྲིད་མའི་ཚལ་དུ་སོ་ཅན་  
 ཏེ་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོའི་གཙོ་བོ་བརྒྱད་རྣམས་རྒྱ་བར་བྱེད་དེ། ཕྱིའི་ལྷགས་རི་  
 ཁོར་ལུག་གི་རི་པོའི་ཁོངས་སུ་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་མ་མེད་པ་ཀྱུ་འུ་  
 འོད་ལྷ་བུ་དཀར་པའོ། །སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི། འཆི་མེད་མཛོད་ལས། ས་  
 རྒྱུད་བུ་དང་བརྒྱ་དཀར། གཡོན་འབྲེལ་མིག་སྒྲུབ་ས་ལ་དགལ། མེ་ཏོག་སོ་  
 ཅན་ས་ཀྱུན་པ། །ཆ་མཛེས་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་བརྒྱད། ཅེས་སོ། །ཡོན་ཏན་  
 བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། སྟོ་བསངས་ཉིད་དོ། །རི་ལྷར་ན། སྟོགས་  
 རྣམས་ནི་དབྱར་གྱི་དུས་ལས་སྒྲེས་པའི་ཆུ་འཛོམ་སྟོན་པོའི་ཐེང་བ་ཡིས་དང་།  
 ས་གཞི་ཡང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལྷ་ལྷ་གསར་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་སྟེ་མ་རྟིང་པའི་ཐེང་  
 བས་སོ། །རྗེས་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི། བྱ་བ་འཇུག་འདི་པ་རོལ་  
 རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལ་གནས་པས་ཞེས་བྱ་བ་འཇུག་གི་བདག་གིར་བྱས་པའི་  
 སེམས་ཀྱི་རྗེས་རྣམ་གཞོན་དེས། དུ་ནའི་བུ་སྟེ་སྒྱུན་མ་ཞེས་པའི་བུར་གྱུར་པ་

ལྷ་མ་ཡིན་དེ་ཡི་འབྱོར་བ་དག། གང་དུ་མིང་མེད་པར་བཏང་ཞིང་ལྷ་རྣམས་  
གྱི་སྤྱན་སྤྲུམ་ཚོགས་པ་གང་ན་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེས་བྲུངས་སོ། ། ཞེས་  
ཚོགས་བཅད་བཞི་པོ་འདི་ནི་རིགས་སོགས་བཞི་ཡི་ཚོག་ ཚོགས་བཅད་གྱི་  
ཐོག་མར་རམ་དང་པོའི་གནས་སྤྱོད་པའི་གསལ་བྱེད་དུ་བསྟན་ནོ། ། དེ་བཞིན་  
རིགས་བྱ་བ་སོགས་བར་དུ་ཡོད་པ་དང་། མཐའ་རུ་ཡོད་པ་ཡི་ཡང་ཚིག་དག་  
བདག་གིས་བསྟན་པར་བྱའོ། ། དེ་ལ་བར་དུ་གནས་པ་དང་མཐར་གནས་པའི་  
དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཡོད་མོད་ཀྱང་། དེ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་བསྟན་པས་ལྷག་མ་  
ཤེས་རུས་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། རིགས་བརྗོད་པ་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་ནི།  
གར་བྱེད་ཅིང་ཤིང་ནི་རྩྭ་ལ་སྟེ་རྒྱ་ལྷང་གི་ཡལ་གའི་པང་བ་དག་ཏུ། གྲུ་ཡང་  
ལེན་ནོ། ། སྤྲུམ་ཤེན། མདོངས་མཐའ་ཅན་ཏེ་མ་བྱའོ། ། འགྱུར་ཁ་ཅིག་ཏུ་  
གཙུག་སྤྱད་ཅན་ཟེར་ཏེ་དེ་ཡང་མ་བྱའི་མིང་རོ། ། དགའ་བ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་  
མིག་ཟུང་དག་ཀྱང་། བམ་མཁའི་རྒྱ་འཛིན་ཏེ་སྤྱོན་ལ་གཏོད་པར་བྱེད་དོ། །  
ཞེས་སོ། ། དབྱེ་བ་བརྗོད་པ་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི། དེ་བཞིན་ཏེ་རྒྱང་དལ་སྤྱོད་  
ཉིད་དུ་རྒྱ་བ་འདི་ཡང་འགྱུར་བྱེད་ཅས་པ་ལྷ་རིགས་ཀྱི་མིང་སྟེ་བ་ལྷ་སྤྱོད་པ་  
སོགས་ཚེ་བའི་རོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་རོ་ལྷ་སྤྱར་གསུང་བའི་འགྱུར་བ་སྟེད་པར་བྱེད་  
དེ། ཤིན་ཏུ་བསིལ་བའི་རྒྱ་བ་དག་ཀྱང་འདོད་པས་སྟེག་པའི་མེ་རུ་འགྱུར་  
རོ། ། ཅོན་ཏེ་གྲུག་པ་ལུས་ལ་ལྷང་བ་ཡང་མཚོན་ལྷང་བ་ལྷར་ཆགས་གསུང་  
བསྟེད་པར་འགྱུར་བ་ནི་སྤྱལ་ཞེན། དུས་སྤྱུ་འབུམས་པ་ཡི་སྤྱེས་སྤྱུ་བྱེད་མེད་

དང་བྲལ་བ་རྣམས་ལོའི་ཞེས་རྒྱུ་དང་རྒྱ་བ་ཅན་གྱི་བྱུག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 དེ་ལ་ཆགས་པའི་མེས་རབ་འཕྲིན་ལྷན་པར་བསྟན་ལ། དེ་རྣམས་དབྱུངས་ན་  
 གནས་པའི་བྱ་ཚིག་འཕྱུར་ཞེས་པ་དེ་གཅིག་ཤུ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་དགོས་པའོ། །  
 ཡོན་ཏན་དང་རྣམས་ཀྱང་དེས་མཚོན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །རིགས་བརྗོད་པ་  
 མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི། དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ཆུ་འཛིན་གྱིས་ནི་རབ་ཏུ་གཏོར་  
 བའི་ཆུ་འཐོར་བ་དང་། བྱིམ་གྱི་གཙུག་ལུང་ལྡན་པའི་ཚོགས་ཏེ་མ་བྱ་རྣམས་  
 སྒྲིན་ལ་བལྟས་ཏེ་སྒྲོ་གཤོག་བརྒྱུངས་ནས་གར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲོག་གི་ཐག་པ་  
 ཀྱ་ཀྱར་གཡོ་བ་ཡང་མེ་ཏོག་གི་གཞུ་ཅན་འདོད་ལྟ་དག་གི་དབྱུང་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་འདི་རྣམས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པའི་དབྱུང་ཞེས་སོ། །  
 གསལ་བྱེད་གྱི་ཚིག་འདི་རྣམས་མེད་ན་ངག་དོན་ཅི་ཡིན་ཤེས་སུ་མེད་ལ།  
 ཡོད་ན་དེ་ཁོ་ནས་དེ་ཀྱན་གྱི་དོན་ཤེས་པས་གསལ་བྱེད་ཅིས་བྱའོ། །བྱ་བ་བརྗོད་  
 པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི། མཛེས་མ་ཁྱོད་གྱིས་སྤྲུལ་རྣ་བ་ལ་དང་། དུས་  
 དེར་འདོད་པས་ཞེས་པ་འདོད་པའི་ལྟ་འཛིན་ཏོག་གི་མདའ་ནི། མདའ་ལྟན་ཏེ་  
 གཞུ་ལ་འགོད་པ་དང་། ཆགས་ལྡན་ངས་ཀྱང་སེམས་ནི་འདོད་པས་གཏུང་  
 བས་འཆིབ་ལ་སྒྲོགས་པར་གྱུར་བ། གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཉམ་དུ་བྱས། ཞེས་  
 སོ། །ཡོན་ཏན་དང་རྣམས་གཉིས་དེས་མཚོན་ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཁྲེང་བའི་  
 གསལ་བྱེད་ནི། དཀར་པོའི་སྒྲོགས་གྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན་རྒྱ་བའི་ཆ་འཕེལ་  
 བར་བྱེད་ལ། རྒྱ་བ་དེ་ཡིས་མདའ་ལྟ་བུ་པ་དང་དེས་ཀྱང་ཆགས་པའི་མདངས་

དམར་པོ་དང་། ཆགས་མདངས་ཀྱིས་ན་རྒྱུད་དག་གི་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
གཉིས་སྒྱུར་གྱི་བདེ་བའི་དབལ་ཡང་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་མོད་ཀྱང་ཞེས་བཤད་མ་ཐག་པ་འདི་ཉིད་བྱ་  
བ་བརྟེན་པ་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ནའང་སྡེ་མ་སྡེ་མ་ཡི་རྒྱལ་བལྟོས་  
ནས་བྱི་མ་བྱི་མ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་དག་གི་སྤང་བ་རིམ་བཞིན་རྒྱན་ཆགས་  
སྤུངས་པ་བར་བརྟེན་ལྟར་པའི་བྱིར་ན། དཔེ་བརྟེན་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྤང་བའི་གསལ་  
བྱེད་དོ། །འདི་རྒྱབས་མདའ་ལྟ་ནི། གཤེད་ནག་གི་རྒྱུད་འགྲེལ་ལས། རྩོས་  
བྱེད། རྩོངས་བྱེད། འདར་བྱེད། ལྷུང་བྱེད། བརྒྱལ་བྱེད་དེ་ལྟ་ལ་བཤད།  
འཆི་མེད་མཛོད་འགྲེལ་ཀླ་མ་རྩེ་བྱ་སྩེ་འདོད་འཛོར་དགའ་བྱེད། ཐེག་བྱེད།  
རྩོངས་བྱེད། རྩེམ་བྱེད། འཆིང་བྱེད་ལྟར་བཤད། མཛོན་བརྟེན་སྡེ་ཆོགས་  
གསལ་བར། འདོད་པའི་མདའ་ནི་ལྟ་ཡིན་ཏེ། །ཀུན་རྟེན་རྩོངས་བྱེད་བརྒྱལ་  
བར་བྱེད། །སྒྱུ་བྱེད་གློད་བྱེད་སྤེད་བྱེད་དོ། །ཞེས་བཤད། འདིར་ཀླ་མ་འདོད་  
ཆགས་དང་འདོད་ལྟ་གཉིས་ཀར་འཇུག ས་ར་སྡེ་དག་དང་དག་གི་ལྟ་  
གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། རྒྱུ་འགྲེལ་རྣམས་ན་མདའ་ལྟ་པ་ཞེས་པའི་  
དོན་འཆད་ཆོག་ཀླ་མ་ཞེས་འབྱུང་བས་འདིར་འདོད་ཆགས་ལ་གོ་དགོས་ཀྱི། འདོད་  
ལྟ་དངོས་འཕེལ་བར་མི་གཟུང་ཞེས་འགྲེལ་པ་འགར་བྱུང་། དལ་བུའི་རྒྱུད་  
གིས་གཙུབས་པའི་རྒྱ་ཐིགས་ཅན་ཆར་སྒྲིན་གྱིས། ལུས་མེད་འདོད་པ་དག་  
གི་ནི། ཨ་བ་ལེ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད་ལ། རུལ་གྱི་ཨ་བ་ལེ་བ་དག་ནི་སེལ་



བར་བྱེད་ཅེས་སོ། །ཨ་བ་ལེ་བ་ཞེས་པ་ཞེན་པ་འཕྲུག་དྲེག་པ་ལ་བསྒྱུར་གྱང་།  
 དོན་ལ་བསྒྲོས་པ་འཕྲུག་གོས་པ་ལ་འཇུག་པས་དྲེག་པ་ཞེས་པ་ཁེངས་པ་ལྟ་བུ་  
 མིན་གྱི། ཅི་དང་ཤུན་ལྷགས་ལྟ་བུ་དང་དྲེག་དྲེག་དང་བཞིན་གྱི་ནག་དྲེག་ལྟ་  
 བུ་ཡིན་པས། སྒྲིན་དེས་ལུས་མེད་འདོད་པས་གོས་པ་འཕྲེལ་ཞིང་། རྩལ་  
 གྱིས་གོས་པ་དག་ཅིང་སེལ་བར་བྱེད་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པོ་རིགས་བརྗོད་  
 ཐོག་མའི་སྒྲིན་བྱེད་པར་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་བྱེད་པ་པོ་སྒྲིན་གྱི་ཚིག་དག་  
 དང་། བསལ་བྱ་ཨ་བ་ལེ་བ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཚིག་དག་གིས། བྱ་བ་འཕྲེལ་  
 སེལ་གཉིས་ཀ་བྱེད་པ་འགལ་བར་ལྷན་པ་དེ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་གསལ་  
 བྱེད་དོ། །ཁུ་འཛིན་དག་གི་སྤང་བ་འདིས། ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཚུགས་རྣམས་  
 གྱི་ནི་གོ་སྒྲུབས་ཡངས་པ་འཕྲོག་པར་བྱེད་ཅིང་། སྒྲར་མ་ཡི་ནི་ཚིགས་རྣམས་  
 རང་གི་རུམ་དུ་འཛིན་པར་བྱས་ཏེ་མི་སྒྲུང་ལ། དེང་ཡང་གོགས་དང་བྲལ་བས་  
 ཉེན་པ་བདག་གི་སྒྲོག་རྣམས་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་འདི་རིགས་བརྗོད་ཐོག་  
 མའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོད་ཀྱང་། གང་སྤྱིར་ཁུ་འཛིན་གྱི་སྤང་བ་ཡི་ཆེས་ཆེར་  
 གཏིབས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པ་འདིར། འཕྲོག་བརྒྱུང་ལེན་  
 ཞེས་བྱ་ཚིག་དུ་མའི་སྒྲུ་ཡིས་ཡང་ཡང་ཉེ་བར་སྤངས་བའམ་ཉེ་བར་བརྒྱུང་བ་  
 དེ་སྤྱིར་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །སྒྲིན་ནི་དྲི་ཡི་བཞོན་པ་  
 རྒྱུད་དྲི་ཞེས་ཡིད་འོང་དང་ལྷན་པ་དང་། རྒྱུད་པོ་ཆེ་གཙུག་གི་ཚུས་བུམ་ལས་  
 བབ་པའི་འགྲམ་ཆང་གི་དྲི་བཟང་པོ་དང་ལྷན་ལ། དྲི་ཡི་བཞོན་པ་ཡིད་འོང་

ཞེས་དང་། སྤྱིན་ནམ་མཁའ་ལ་བྱུང་བ་དང་གྲུང་ཆེན་ལུས་དཔང་མཐོ་བས་  
གཉིས་ཀའང་མཐོ་བ་དང་། མདོག་སྡོ་བསངས་ལྡོན་གིང་ཏ་སྤྲ་ལ་ཡི་འོད་  
དང་ལྡན་བ་ཞེས་པའི་ཆོས་དེ་དག་གིས་དེ་གཉིས་སྐྱར་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱིན་  
ནི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བར་བྱེད་དེ། གྲུང་ཆེན་འདི་དག་ས་ལའོ་ཞེས་རྒྱ་བའི་བྱ་ཆོག་  
གིས་འབྲེལ་བ་འདིར་ནི་གཉིས་ཀའི་ཆོས་དག་ཐ་དད་མིན་པར་སྐྱར་ཞིང་། ཆོས་  
ཅན་སྤྱིན་དང་གྲུང་པོ་རྣམས་དག་ཀྱང་། རྒྱ་བ་ཡི་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་  
ཕྱིར་པན་ཚུན་སྐྱར་བའི་དོན་ཅན་གྱི་གསལ་བྱེད་དེ་བྱ་བ་བརྗོད་བ་བར་གྱི་  
གསལ་བྱེད་ཅན་ཡིན་ནོ། ཏ་སྤྲ་ལ་ཞེས་བ་རྒྱ་མཚོའི་ཉེ་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་པའི་ལྡོན་  
གིང་ཡོ་མ་སྡོ་བསངས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པར་འདོད་འཇོར་བཤད་དོ། །གསུམ་པ་  
འདིར་བཤད་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་རྣམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས་མཚོན་ནས། གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་ནི་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པའི་ལྷག་མ་  
རྣམས་ཀྱང་འདི་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བའམ་ཚུལ་མཚུངས་པ་ཡིས་དག་རིག་  
སྤྱོད་པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

ལ་བ་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་ལ་ངོ་བོ། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ། བཤད་མ་ཐག་  
པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གང་རུང་ཉིད་དུ་དོན་གཅིག་  
སྤྱར་བསྐྱོར་ཏེ་བསྐྱོར་ཡང་ཆོག་ཐ་དད་པ་དང་ནི། ཆོག་གཅིག་སྤྱར་བསྐྱོར་ཡང་  
དོན་ཐ་དད་པ་དང་། ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ནའང་སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་པ་དེ་  
ནི་བསྐྱོར་བ་ཞེས་པ་ཡི་རྒྱན་གསུམ་པོ་དག་འདོད་དེ། གཉིས་པ་དེ་ཡི་དབྱེ་བ་

དབེར་བརྗོད་ན། དང་པོ། རོན་གཅིག་སྒྲུབ་ཡང་བསྐྱར་བའི་རྒྱུ་ནི། ཤིང་  
 ཀ་དཔྱ་ཚོགས་ཅན་ཞེས་པ་དེ་ནི་འདབ་མ་རྣམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཀྱ  
 ར་རྒྱ་མ་དུག་མོ་ཉུང་གི་ཤིང་ནི་རབ་ཏུ་གསལ་ལོ། །དེ་ཡང་ཀྱ་ར་རྒྱ་མ་  
 ཉུང་ཤིང་། ལྷན་མ་མེ་རྟོག་ཁ་འཁུས་པའི་མིང་སྟེ་དེ་འདྲའི་དུག་ཉུང་ཤིང་རབ་  
 ཏུ་གསལ་ཏེ་མེ་རྟོག་རྒྱས་པའོ། །ཀར་ལུ་རྒྱ་མིང་ནི་རབ་ཏུ་བྱེ། ཀ་ཀྱ་རྒྱ་ཤིང་  
 ལ་རྒྱ་ན་ཡང་གྲེས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས། ཤིང་ཐ་དད་པ་བཞི་པོ་དེ་རོན་རྒྱས་པ་  
 གཅིག་པུ་ལས་བརྗོད་རྒྱ་གཞན་མེད་ཀྱང་རྒྱས་པའི་རོན་གཅིག་ཉིད་རྣམ་རྒྱས་  
 རབ་གསལ་རབ་བྱེ་གྲེས་གྱུར་ཅས་ཚིག་གི་རྣམ་གྲངས་མི་འདྲ་བ་དུ་མས་ཡང་  
 ཡང་བསྐྱར་ཏེ་བརྗོད་པའོ། །

གཉིས་པ་ཚིག་བསྐྱར་ནི། སྒྲིན་གྱི་ཕྱིང་བདག་གིས་ནི། མ་བྱའི་ཚོགས་རྣམས་  
 དགའ་བའི་སྒྲ་སྒྲིག་པར་བྱེད་ཅིང་། འདོད་ལྟ་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་ལག་  
 བ་རྒྱ་སྒྲིན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་དེང་འདྲིར་ན་རྒྱང་རྣམས་གྱི་ཡིད་འདོད་པ་དང་  
 ལྷན་པར་བྱེད་དོ། །འདི་ལ་པོད་སྐད་ཚིག་བསྐྱར་བ་མེད་ཀྱང་། ཚིགས་བཅད་  
 འདྲིའི་ལེགས་སྒྱུར་དུ་ལྷན་རྒྱུ་ཡོད་ཏེ་ཞེས་ཚིགས་བཅད་ཕྱེད་སྟེ་གཉིས་ཀར་  
 ལན་གཉིས་བྱུང་བས་ཚིག་ལ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ཡང་རོན་ལ་སྒྲ་སྒྲིག་པར་བྱེད་  
 པ་དང་། འདོད་པ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་པ་ཐ་དད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་ཀ་  
 བསྐྱར་བ་ནི། སྒྲིགས་གྱི་དག་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བས་དེ་རིང་མི་ཡིད་བདེ་བོ་ཁྱོད།  
 རང་གི་ཁབ་ཏུ་བཅུན་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད་ལ། ཁྱོད་གྱི་དག་སྟེ་གང་

དག་གཡུལ་དུ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསད་པ་རྣམས་ནི་མཐོ་རིས་ལྷ་ཡི་གནས་སུ་སོང་  
 བས་ལྷ་མོ་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཅེ་བར་བྱེད། ཅེས་པ། འགེལ་བྱེད་སྒྲ་མ་  
 དག་རྒྱལ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ་བའི་དོན་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་ལན་གཉིས་བསྒྲོར་  
 བ་དང་། ཅེ་བར་བྱེད་ཅེས་པའི་ཆོག་ལན་གཉིས་བསྒྲོར་བའོ་ཞེས་བཤད།  
 དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཚོར་རྒྱ་འགེལ་རྣམས་ལས་ཅེ་བར་བྱེད་ལན་གཉིས་  
 རྒྱུར་བས་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྒྲོར་ཡང་ཡུལ་དང་བྱེད་པོ་ཐ་དད་པས་མི་  
 རྒྱོམ་པར་བཤད་ཅེས་གསུངས། དེ་ཡང་། ཁྱོས་པས་གཡུལ་རོར་བསད་ན་  
 བེ། བདེ་འགོར་འགོ་ཞེས་རྒྱས་པ་ཟེར། ཞེས་པ་ལྷར་གཡུལ་དུ་མི་ལྷོག་པར་  
 ཤི་བ་ལྷར་སྐྱེ་བར་བཤད་པའི་རིགས་བྱེད་ཀྱི་གཤམ་པ་ལྷར་བརྟེན་པའོ། །  
 དུག་པ་འགོག་པའི་རྒྱན་ལ། རོ་པོ། དབྱེ་བ། མཁུག་སྤྱད་གསུམ། དང་པོ།  
 དག་ག་བྱ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་དག་ག་བ་བརྟེན་པ་ཡི་ཆོག་ཉམས་ལྷན་སྐྱར་བ་  
 བེ་འགོག་པ་ཡི་རྒྱན་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དག་ག་བྱ་དུས་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 འགོག་རྒྱན་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་ལ། ཅི་སྟེ་འགོག་པ་དེ་ཡང་དག་ག་བྱ་ཡི་དབྱེ་  
 བ་མཐའ་ཡས་པའི་ཐིམ་ན་རྒྱན་ཡང་དེ་སྟེད་དུ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་ལྷར་ན་  
 ཡང་འདིར་ནི་དག་ག་བྱའི་སྒྲོ་ནས་དུས་གསུམ་དང་། དག་ག་བྱ་འགོག་ཚུལ་  
 ཀྱི་ཆོག་གི་ཉམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཅི་རིགས་ཤིག་གི་དཔེ་བརྟེན་གསུངས་པ་ཡིན་  
 བོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཞུང་འདིར་དཔེ་བརྟེན་ཉེར་གསུམ་གསུངས་པ་ལས། དང་

པོ་འདི་ལ་དབེ་བརྗོད་བསྟན། དེའི་དོན་བཤད་པ་གཉིས་རེས་བསྟན་པ་ལྟར་  
འོག་མ་ཀུན་ལ་འད་གེས་པར་བྱ་སྟེ། ལུས་མེད་འདོད་ལྟ་ཡི་འཇམ་ལ་གྲངས་  
ཉུང་བ་མེདྲོག་གི་མདའ་ལྷས་འགོ་བ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅེས་བ་མི་སྲིད་  
དོ་ཞེས་ཡིད་ལ་བསམ་ཞིང་བརྗོད་པ་ནི་དགག་བྱའོ། །སྒྲུབ་ཡང་བསམ་པ།  
ཡང་ན་ནི་མདའ་ལྷ་གྲངས་ཉུང་བ་སོགས་ཡིན་ཡང་དངོས་པོའི་རྣམ་པ་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱབ་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་བས་རྒྱལ་མི་སྲིད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
སོ། །ཞེས་པ་འདིར་ནི་མདའ་ལྷ་ཅམ་གྱི་རྒྱ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་མེད་འདོད་  
ལྟ་ས་གསུམ་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅེས་པ་དེ་ནི་མི་རིགས་སོ་སྟུམ་པའི་སློ་  
སྒྲུབ་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་དེའི་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་ད་ལྟའི་སློས་བཀག་  
པ་གང་གི་ཕྱིར། སྒྲུབ་བྱུང་བའམ་འདས་པ་འགོག་པ་དེ་ཡི་དབེར་བརྗོད་ནི་  
འདི་འདྲ་ཡིན་ནོ། །

ཀྱེ། སྒྲུབ་པར་སྒྲོག་མ་དག་ཅེས་བོས་ནས་ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་རྣ་བ་ལ་ནི་  
ཡུལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ་འཇུག་མི་དགོས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ན་རྣ་རྒྱན་འཇུག་  
པའི་དོན་པོ་ཡུལ་དེ་ཡི་མཛེས་གིང་དཀྱུས་རིང་བ་སོགས་ཀྱིས་གཞན་ཡིད་  
འཕྲོག་པའི་བྱེད་ལས་འདི་ལ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་ཟུར་མིག་དག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པ་སྟེ་དེའི་བྱེད་ལས་མ་ཚང་བ་མེད་པར་གོ་ཚོད་པ་མིན་པར་སེམས་སམ་ཅི།  
དེའི་དོན་དག་འམ་འག་འཁྱིལ་གིས་དཀར་མིན་ཏེ་སྟོབས་པའི་ཡུལ་རྣ་བར་འཇུག་  
པ་ལ་དེའི་མཛའ་བོ་ཡིས་དེ་ལྟར་ངོ་བསྟོད་དང་བཅས་པས་འགོག་པར་བྱེད་

པ་འདི་ནི། ད་ལྟ་མངོན་གྱུར་གྱི་ཡུན་ལ་མི་དགོས་པའི་རྩལ་དུ་འགོག་པས་ན་  
མངོན་གྱུར་འགོག་པའོ། །རང་གི་གོགས་པོ་ལ་ངོ་བོ་ཞེས་བོས་ནས་མཛའ་  
མོ་བདག་བདེན་པར་སྤོ། །ཁྱོད་ཉིད་བྱང་མེད་གཞན་དང་ཚུས་སྟེ་འོ་བྱེད་  
པ་ནས་ཆགས་སྤོས་གྱི་རྒྱ་ལས་འཕོས་པའི་རྒྱ་སྒྲིགས་གྱིས་དམར་མིག་གིས་  
ནི་ཁྱོད་གྱིས་བདག་ནམ་ཡང་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་མ་ལགས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
ན་ཁྱོད་གཞན་དང་འགོགས་པ་མི་བཟོད་པས་བདག་དེ་མ་ཐག་འཆི་བས་སོ། །  
ཞེས་སོ། །འདི་ལ་རྒྱ་སྒྲིགས་ལྟར་དམར་མིག་གིས་ནི་ཞེས་སྟར་གྱི་འགྱུར་  
ནམས་སུ་འདུག་གོ། །སྟར་ཉིད་དམ་དང་པོ་ཉིད་དུ་གིན་ཏུ་ཁེངས་ལྟན་མའམ་  
སེམས་ལྟན་མས་ནམ་ཞིག་སྟེ་མ་འོངས་པ་ན་མཛའ་བོ་འདི་ཡིས་བྱང་མེད་  
གཞན་དང་འགོགས་པའི་གནོད་པ་དག་འགྱུར་བ་ཆོག་དེ་ལྟར་བརྟེན་པས་  
འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མ་འོངས་འབྱུང་འགྱུར་འགོག་པའོ། །འདིར་མ་  
ན་སྟེ་ཞེས་པ་སེམས་ལྟན་མ་ཞེས་པ་སྟེ། མཛའ་བོ་ལ་གིན་ཏུ་སེམས་པ་  
དང་ལྟན་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྟར་ཁེངས་ལྟན་མར་བསྐྱར་བ་ལྟར་ན། ལྟ་རིང་  
དགོས་པ་ལ་རྒྱ་དབེ་དག་པར་རིང་ཆ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སི་ཏུས་འགྱུར་  
བཅོས་མཛད་དོ། །གཞན་དག་ཁེངས་ལྟན་མ་ཞེས་མཛའ་བོ་ལ་ཁེངས་པ་  
བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། མཛའ་བོ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིས་པ་སུ་ལའང་མི་འདུད་  
པའི་ཁེངས་ལྟན་མ་སྟེ་བྱིས་ཐབས་གྱི་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་ལ་འཆད་པ་སོགས་  
ཆོག་ཟུར་འདོན་ལུགས་དུ་མ་བྱས་པ་མཐོང་དོ། །ལུས་སྤྱ་མ་ཁྱོད་གྱི་ཡན་ལག་

ནུམ་མཇུག་པ་ཉིད་དུ་གནས་ཞེས་པ་དེ་རྒྱུ་ནོ། །གལ་ཏེ་བདེན་པར་རམ་  
 རེས་པར་འཇུག་པ་ན། འདི་ལ་རེག་པས་བདག་གློ་བྱུང་དུ་ཆགས་པས་ཅི་ལ་  
 གཏུང་ཞེས་གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ལྟན་གྱིས་རེག་བྱ་འཇུག་པ་དེ་དང་འགལ་  
 བ་རྒྱུ་བའི་བྱེད་ལས་གཏུང་བ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དགག་བྱ་བྱང་མེད་གྱི་  
 ལུས་འདི་ཡི་ཆོས་འཇུག་པ་དག་འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པ་འོ། །བྱང་  
 མེད་དེ་ནི་མཛེས་མ་ཞིག་ཡིན་པ་འཇུག་པ་ཡིན་ཞེས། རྟོག་ཅིང་དཔྱོད་པའི་  
 རྣམ་རིག་འདི་ནི་རྒྱ་ཅི་ལས་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲེ་མི་རིགས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ན། དེ་བལྟ་  
 པའི་སྐབས་དེར་ནི་འོད་ཅེས་ཞིག་གཡོ་བ་ཉིད་མཐོང་བར་གྱུར་གྱི། འོད་གྱི་  
 རྟེན་ལུས་དངོས་ནི་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ཚིག་སྒྱུར་འདིར་གཟུགས་ཅན་མ་སྒྲེ་ལུས་བསྐྱུར་མའམ་སྤྱ་མེན་མ་དེའི་  
 རོ་མཚར་བ་བརྗོད་པར་འདོད་པས། འོད་ཅེས་པའི་ཆོས་འདི་མཐོང་བར་  
 ཁས་བླངས་ནས་ཆོས་ཅན་ལུས་མཐོང་བ་འགོག་པ་འདི་ཆོས་ཅན་འགོག་པ་འོ། །  
 འདི་སྐབས་སྤྱེ་འགྲེལ་ནུམ་མཇུག་གཟུགས་ཅན་མ་ཞེས་པ། རོ་མཚར་པའི་  
 གཟུགས་ཅན་མའམ་མཛེས་པའི་གཟུགས་ཅན་མ་ལྟ་བུར་བསམས་ནས་སྤྱ་  
 མེན་མ་ཡིན་པ་སྒྲུས་ཀྱང་བཤད་མི་འདུག་ལ། དེ་ལྟར་ན་རང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
 རི་ལྟར་བབས་ཡང་འོད་ཅེས་ལས་མི་མཐོང་བ་སྤྱི་ཡོད་མེད་པས་དོན་ཅི་ཡིན་  
 གོ་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅིང་། འདུལ་བ་ལས་སྤྱ་མེན་མ་ལ་གཟུགས་ཅན་མ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་། འཆི་མེད་མཛོད་ལས་ཀྱང་ལུས་གཞན་དུ་བསྐྱུར་བྱས་པ་

ཕ་མེན་མའི་རིགས་ལ་གཞུགས་ཅན་མ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་བདག་གིས་འདི་  
ལྟར་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཀྱི་གཏུམ་མོ་བྱོད་ཀྱི་མིག་ནི་བྱོས་པས་  
དམར་བར་སྒྱར་ཅིང་། མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ་བ་དང་། སྒྲིན་མ་འབྱོག་སྟེ་  
བྱོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གསལ་བ་དེ་ལྟར་ནའང་། ཞེས་འགྱུར་བཅོས་པར་མཛད།  
སྐར་སྒྲིན་མ་འབྱོག་སྟེ་ལྟ་ན་ཡང་། ཞེས་འདུག རང་ཉིད་ལ་བྱུང་མེད་གཞན་  
དང་འགོགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་མེད་པས་བདག་མི་འདི་གསལ་སོ། །གང་ཕྱིར་  
མཛའ་བོ་མཁས་པ་ཡིས། མཛའ་མོ་ལ་འདི་གསལ་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཙོ། རང་  
གི་ཉེས་པ་འགོག་བྱེད་པ་འདི་དག་སྐབས་འདིར་ནི་རྒྱ་འགོག་པ་ལོ། །འདི་མཛའ་  
བོ་མཁས་པ་ཞེས་སྤྱུང་བ་སྒྱུར་མོད། དེ་ཡེ་ཅ་མཛའ་བོ་ཞེས་སྒྲེས་པའི་རྟགས་  
སྤྱུང་བ་རྒྱ་དཔེར་འདུག་ཅེས་གསུངས། རོན་ལ་དེ་གཉིས་གང་ལྟར་ཡང་  
བྱུང་ངོ། །མཛའ་བོ་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐག་རིང་བ་ན་གནས་ཤིང་། རྒྱ་འཛིན་  
གཞོན་ལུ་གཡོ་ཞིང་མཁའ་ལ་བགོད་པ་དང་ལྟན་པ་ཡང་ཕྱོགས་འདིར་ནི་འོང་།  
ཞེས་སམ། བགོད་ལྟན་འདི་ནི་འོང་ཞེས་འགྱུར་བཅོས་པའང་རྒྱ་དཔེའི་དབང་  
གིས་ཡིན་གྱི། རོན་གྱི་དབང་དུ་མི་འདྲ་བ་ཁྱད་ཅི་མི་འདུག་གོ། །ནི་ཕྱོ་ལ་རྒྱ་  
ལྟར་ཡང་རྒྱས་པར་མཐོང་སྟེ། འདོད་པ་སྦྱེད་པའི་རྒྱུན་དེ་དག་གིས་ཆགས་  
གཏུང་བསྦྱེད་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་རྣམས་ཆང་ཡང་། བདག་གི་བ་  
མིན་པ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་འཆི་བ་དེ་ཡི་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་བགོད་པ་ནི་ཆགས་གཏུང་  
མི་བཟད་པ་བསྦྱེད་པ་དག་ཉེ་བར་བཀོད་ནས། འབྲས་སུ་འཆི་བ་བསྒྲོག་སྟེ་



མ་གྱི་བར་བསྟན་པའི་ཐུང་། དེ་ནི་འབྲས་བུ་འགོག་པའོ། །གལ་ཏེ་མཛའ་བོ་  
 ཁྱེད་གཞན་ཏུ་གསེགས་པར་འདོད་ན། གསེགས་པར་མཛོད་ཅིག་ཁྱེད་གྱི་  
 བཤོད་པས་བདག་ལ་ནི་གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་བདག་ལྟར་  
 ཏུ་འཆི་བར་འགྱུར་བས། འདི་ལ་ཁྱེད་ནི་དོགས་པ་འཕམ་ཐེ་ཚོམ་མི་འཚལ་ལོ། །  
 ཞེས་པ་མཛའ་བོ་སངས་ཀྱི་རང་ཉིད་འཆི་བ་གསལ་བར་བྱེད་པས་གསེགས་  
 པར་མཛོད་ཅིས་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཉིད་གྱི་སྒྲོ་ནས་མཛའ་བོའི་བཤོད་པ་སྟེ་  
 འགོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་རྗེས་སུ་གནང་བའི་ཚུལ་གྱིས་འགོག་པར་  
 བཛོད་དོ། །ཁྱེད་གཞན་ཏུ་སངས་ཀྱི་རྩེ་མོར་མང་པོ་རྟེན་པར་འགྱུར་ཞིང་ལམ་  
 ཏུ་ཡང་ནི་བཤོད་བདེ་ཞིང་དག་སྟགས་མེད་པས་དགེ་ལ་བདག་གི་སྒྲོག་ལ་  
 ཡང་འཆིའམ་སྟམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་མེད་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་མཛའ་བོ་འགོ་བར་  
 མི་བྱའོ། །ཞེས་མཛའ་བོ་འགོ་བར་བྱེད་པ་འཕམ་སྒྱུར་བ་ཡི་རྒྱ་རྒྱུ་མས་དག་ནི་  
 རབ་ཏུ་བཤད་ནས། འོན་ཀྱང་འགོ་བར་མི་བྱ་ཞེས་དབང་ཆེ་བ་ཉིད་གྱིས་  
 འགོ་བ་དེ་འགོག་པ་ནི་འདི་འདྲ་དབང་གིས་འགོག་པའོ། །བདག་ནི་གསོན་  
 ཏུ་རེ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལྡན་ལ། རྩོད་བསྐྱབ་འདོད་གྱི་བསམ་པ་ནི་དེ་  
 ཅུ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་མིན་ནོ། །མཛའ་བོ་གསེགས་སམ་བཞུགས་ལགས་  
 སམ་རི་ལྟར་བྱེད་པ་ཁྱེད་རང་གིས་ཤེས་མོད། རང་གིས་བསམ་པའི་གནས་  
 སྐབས་བྱང་པོར་སྒྲོས་པ་ལགས། གང་ཐུང་འདི་ནི་མཛའ་བོ་ལ་ཆགས་ལྡན་  
 མས། མཛའ་བོའི་བཤོད་པ་འགོག་བྱེད་ཅིང་། སངས་ཀྱི་འཆི་བ་ཤུགས་གྱིས་

བརྗོད་པས་འགྲོ་བ་ལ་དང་མཛའ་བོ་ལ་མ་གྲུས་བཞིན་དུ་ཆོག་སྒྲུབ་བ་འདི་ནི་  
མ་གྲུས་བས་འགོག་པ་འོ། །མཛའ་བོ་གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་བཞུད་ཅིག་ ཁྱོད་  
ཀྱི་ལམ་ནི་དགོ་ཞིང་གིས་པར་གྱུར་ཅིག་གྲ། གང་དུ་ཁྱོད་ནི་གཤེགས་པ་དེར། །  
བདག་གི་ནས་ཀྱང་སྒྲེ་བ་ཉིད་གྱུར་ཅིག་ དེ་ལྟར་གིས་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་  
ལམ་གྱིས་གང་ཞིག་རང་གི་གནས་སྐབས་འཆི་བ་གསལ་བྱེད་མས། ཚུལ་  
དེས་མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། འདི་ནི་གིས་བརྗོད་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་  
གྱིས་འགོག་པ་འོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་འགྲོ་བ་དེས་པར་བདེན་པ་ཉིད་ན། ཁྱོད་  
གྱིས་དགའ་མ་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོལ་ཞིག་ བདག་ནི་ཁྱོད་དང་བྲལ་བའི་  
རྒྱ་དེས་གྲུག་ཆོལ་པའི་སྐབས་རྟེན་ནས། དེ་རིང་ཉིད་དུ་སྒྲོག་འགོག་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་རང་ཉིད་གཡང་ས་ལ་སྦྱེབས་པ་ལྟ་བུ་སོགས་གྱིས་འཆི་བར་  
བརྟན་པ་འོ། །གང་སྤྱིར་མཛའ་བའི་དབང་གྱུར་མས། མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་  
འགོག་བྱེད་པ་བདེན་ན་ཞེས་དང་། གཞན་པ་ཆོལ་ཞེས་པའི་ཆོག་རྩལ་གྱི་ཡི་  
གོ་སྒོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་འདི་ནི་ཆོག་རྩལ་མོས་འགོག་པ་འོ། །གལ་ཏེ་གཤེགས་  
ན་གྱུར་དུ་བཞུད་ཅིག་ བྱི་བའམ་འགྲུང་བར་གྱུར་ན་བདག་གི་ནས་གཉེན་འདུན་  
རྒྱལ་ས་ཡིད་ལ་བྱུགས་པའི་ཁས་བསྐྱུགས་པའི་ཆོ་དེ་གང་ཞིག་འགྲོ་བའི་གོགས་  
སྒྱུར་པ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་བར་འོང་བར་འགྱུར་རོ། །གང་སྤྱིར་འདི་ནི་མཐའ་གཅིག་  
ཏུ་མཛའ་བོ་ལ་ཆགས་པ་མོས་མཛའ་བོ་འགྲོ་བ་ལ་ཕན་པའི་གྲོས་འདེབས་  
པ་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིས། མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། འདི་ནི་གྲོས་བྱེད་

པའི་ཚུལ་ཉིད་ཀྱིས་འགོག་པའོ། །བཞུད་ཅིག་ཅེས་ཁྱོད་དགུའི་པའི་ཚོགས་བཞུད་  
 བར་འདོད་ཀྱང་། བདག་རང་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཚོགས་མ་གཤེགས་  
 ཞེས་པ་ཁ་ནས་ནི་བྱུང་བར་གྱུར་ལ། བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཅེས་པ་རང་  
 གིས་མི་འདོད་པའི་དངོས་པོ་གཤེགས་ཤིག་ཅེས་བཞུད་པ་ལ་འབད་བར་བྱས་  
 བས་འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་གཤེགས་ཞེས་བཞུད་པ་བསྐྱེད་པ་དེས་འབད་  
 བ་དོན་མེད་པར་སོང་བ་ཉི་པར་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་བཞུད་ཚུལ་དེ་ནི་འབད་བས་  
 འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འབད་ཀྱང་གཤེགས་ཞེས་བཞུད་མ་རུས་པས་མ་འགོ་  
 ཞིག་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །ཁྱོད་ལ་རྟག་རྟ་མིག་གིས་བལྟ་བར་འདུན་པ་བདག་  
 གིས་ཡུན་རིང་ཁྱོད་མ་མཐོང་ན་ལྟ་ཅི་སྟོན། རྒྱུད་ཅིག་ཅེས་ཁྱོད་ལྟ་བའི་  
 གོགས་བྱེད་པའམ་སྒྲིབ་པའི་མིག་གི་རྩི་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡང་ཁྱོ་བ་ཡི་མཛའ་  
 བ་བྱགས་དྲག་པོ་བདག་གི་ཁོང་ན་ཡོད་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་མཛའ་བ་དེ་ལ་ཁོ་  
 པོ་འགོ་བ་ཡིན་ཞེས་སྟོན་ཤིག་དང་བདག་ནི་དེ་ཡི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་  
 དེས་ཅི་འདོད་པ་དེ་བདག་གིས་ཀྱང་འདོད་དོ། །གང་སྤྱིར་ཡིད་མཛའ་བ་དྲག་  
 པོའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པ་མ་དེ་ཡིས་མཛའ་པོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་པར་བྱེད་  
 བའམ། གཞན་དབང་མས་མཛའ་པོ་དེ་ཡི་ཞེས་བྱས་ཀྱང་འདྲ་ལ། རྒྱུད་པེར་  
 རྣམ་དབྱེ་ཡོད་ཚུལ་གྱིས་འཁྱུར་སྒྲིབ་ཅུང་མི་འདྲ་བར་བྱུང་དོ། །གཞན་དབང་  
 གི་དོན་འདི་ཉི་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་ཚོགས་སྤར་བ་འདི་ནི་གཞན་དབང་  
 གི་ཚུལ་གྱིས་འགོག་པའོ། །མགོན་པོ་ཁྱོད་འབྲེལ་བ་ཡི་གདུང་བ་བདག་གིས་

བཟོད་པར་བགྱི་བར་འདོད་པས། སྤྲུལ་གང་གིས་ཁོ་མོའི་མིག་ལ་བསྐྱོས་པ་  
ཡིས་བདག་ལ་ནི། འདོད་པས་བདག་གི་ཡིད་ལ་བསྐྱུན་པའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་མི་  
མཐོང་བའི་མི་སྣང་བའམ། མཐོང་མིན་གྱི་མིག་སྤྲུལ་ཞིག་བདག་ལ་སྦྱུལ་ཅིག  
དེ་ལྟར་མིན་ན་འདོད་པས་གྲགས་བཅའ་ནས་བདག་འགྲུམ་པར་བྱགས་གྱིས་  
བསྐྱུན་པས། བུལ་བའི་བྱ་ངན་གྱིས་གདུང་བས་འཆི་བ་ལས་སྒྲོག་པར་བྱེད་  
བ་ཡི་འཆོ་བའི་ཐབས་ནི་འདོད་པས་བསྐྱུན་མི་རྒྱས་པའི་སྤྲུལ་དེ་ལྟ་བུ་རྟེན་པར་  
དཀའ་བ་དག་བྱིན་ཅིག་ཅེས་པའི་ངག་ཉེ་བར་བཀོད་ནས། རང་གི་བདག་  
པོ་ནི་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་འདི་འདྲ་ཐབས་མཁས་  
གྱི་སྒྲོ་ཉིད་གྱིས་འགོག་པར་བརྟེན་དོ། །རྩི་བོ་བྱོད་གྱི་ཞལ་ནས་བདག་ལ་མཛའ་  
བས་མ་བསྐྱུམ་པའི་ཆོག་བདག་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་འོ་ཞེས་བ་དེས་པར་བྱུང་།  
བདག་ལ་མཛའ་བ་ཡི་བྱགས་མིན་པ་སྟེང་རིང་བ་བྱོད་གྱིས་ད་ནི་ཡུལ་གཞན་  
དུ་མ་བྱིན་ན་ཡང་བདག་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་དེ་མཛའ་བ་ཆེར་མེད་པས་སོ། །  
ཞེས་འགྲོ་ཞེས་པའི་ཆོག་བརྟེན་པ་ཡང་འགོག་ན་དངོས་སུ་འགྲོ་བ་འགོག་པ་  
སྒྲོས་ཅི་དགོས་སོ། །མཛའ་བོས་རང་ཉིད་ལ་མཛའ་བ་བདོ་བའམ་རྒྱས་པས་  
མ་བསྐྱུམ་པའི་བདག་ཉིད་ལ་ཁྱོད་བས་མཛའ་བོ་ཡི་འགྲོ་བ་རྩོམ་པ་བསྒྲོག་པ་  
གང་ཡིན་པ་འདྲི་ནི་མཛའ་བོ་ལ་ཁྱོད་བཞི་རྒྱུ་པས་འགོག་པའོ། །འདྲིར་མཛའ་  
བོ་རྒྱས་པའི་དབང་གིས་ཁྱོད་བའི་ངག་མ་བསྐྱུམ་པར་སྒྲིབ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་  
མ་ཞེས་སོགས་འབྲུ་མནན་ལུགས་འགའ་འདུག་ཀྱང་དོན་ལ་བྱོགས་འདྲ་བས་

**3 1 3**

སྒྲིག་པའི་ལས་འདི་ལྟ་བུ་ཐོངས་ཤིག་ཅས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱིང་རྗེའི་སྒྲོ་ནས་འགོག་  
པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་བདག་ལ་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་མང་དུ་བྱས་ལ་ལྷག་གིས་གཞུ་  
བ་ཙམ་གྱི་སྒྲིག་བསྐལ་ལ་སྤྱིང་རྗེ་མི་བྱའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱིང་རྗེ་ཉིད་འགོག་  
པའོ། །དེ་སྒྲིག་ས་ཆོག་རྣམས་ལ་ཉམས་གྱི་རྣམ་དབྱེ་དུ་མ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ནས་  
དབྱེ་བ་བྱས་ན་མཐའ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཁོར་བསགས་པ་སྒྲིག་ས་རང་ལ་  
ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དོན་ནི་འགའ་ཡང་ཆོག་ས་པར་ཉེ་བསགས་པར་མ་བྱས་ལ།  
རྟོག་གེ་བད་སྤྱོད་སྒྲིག་ས་རིག་པ་འགའ་ཡང་བརྩོན་པས་མ་བསྐྱབས་པའམ་  
མ་བསྐྱབས་པ་དང་། ཡང་ན་དབང་དུ་བྱེད་པ་དང་མཁའ་ལྷིང་གི་སྒྲིག་ས་སྒྲིག་ས་  
རིག་པ་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་ཞེས་བཤད་ཀྱང་རུང་རོ། །དཀའ་ཐུབ་  
དང་བརྟུལ་ཞུགས་གྱི་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པར། བ་ཆོད་མཐའ་  
དག་སོང་བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས། གང་སྤྱིར་འདིར་ནི་ཆེ་ཟད་དེ་སོང་བས་དོན་སྐྱབ་  
པ་ལ་སྒྲིག་ས་པ་འགོག་པ་ནི། དགག་པ་བརྗོད་པ་འདིའི་ལུགས་གྱིས་འགྲོད་  
པ་གཙོ་བོར་སྒྲོན་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་འགྲོད་པས་འགོག་པའོ། །ཅི་ནམ་མཁའི་  
ངོས་ན་དཀར་པོའི་མདོག་ཅན་ལྷང་ཐབས་སུ་བསྐྱོད་པ་འདི་ནི་སྒྲོན་གྱི་ཚུ་འཛིན་  
ནམ། ཡང་ན་ངང་པའི་ཆོག་ས་སམ་ཅི་ཞིག་ཅས་ཐེ་ཆོམ་པ་ལ་རི་ཞིག་ན་སྐྱ་  
ནི་རྒྱང་གཏུབ་གྱི་སྐྱ་འདྲ་བ་ཞིག་ཐོས་པས། དེ་ནི་ཚུ་འཛིན་མིན་པ་དང་ངང་  
པ་ཡིན་པར་ཤེས་སོ། །རྒྱང་གཏུབ་གྱི་སྐྱ་འདྲ་བའི་ཆོས་འདི་ནི་ངང་པ་ལ་ཡོད་  
ཅིང་། གཞན་སྤྱིན་གྱི་རིགས་ལ་མ་རེག་བའམ་མེད་པས། གང་ཞིག་སྤྱིན་ཡིན་

ནམ་སྒྲུལ་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་ཉིད་འགོག་པའོ། །  
 འདི་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་གྱིས་ངང་པ་བཟུང་སྟེ་དེས་རྒྱུ་པར་གསེར་  
 དཔུལ་གྱི་གདུ་བྱ་བྱས་པས་དེ་དག་ལ་གཞན་གྱིས་མི་འཚོ་ཞིང་རང་ལུལ་གྱི་  
 མཚོ་རུ་འདྲུ་ཞིང་མཛེས་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་རྒྱུ་པར་གདུབ་གྱི་སྒྲུ་ཐོས་པས་ཞེས་  
 བོད་འབྲེལ་ལ་ལ་ཆེར་རུ་བཤད་ཀྱང་མི་ལེགས་ཏེ། སྤྱིར་ངང་པ་ཡིན་ཆོད་ལ་  
 རྒྱུ་པར་གདུབ་ཡོད་པར་མ་དེས་པ་དང་། རྒྱུ་པར་གདུབ་གྱི་སྒྲུ་ཐོས་ཀྱང་ངང་པར་  
 མ་དེས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁ་ཅིག་གིས་ངང་པ་རེ་བུང་ལ་རྒྱུ་པར་གདུབ་བྱས་པ་  
 ཡོད་རུ་ཆུག་ཀྱང་དེ་ལ་སྒྲུ་བྲགས་པའི་དེས་པ་མེད་པ་དང་། བྱེད་པར་སྤྱིན་  
 དང་ངང་པ་གང་ཡིན་ཆ་མ་སྟེད་པའི་པར་ཐག་ཡོད་བཞིན་ངང་པའི་རྒྱུ་པར་གདུབ་  
 གྱི་སྒྲུ་གསལ་པོར་ཐོས་པ་མི་སྤྱིད་པ་སོགས་འབྲེལ་མི་འགྲིགས་པའི་རག་གོ། །  
 དེས་དོན། འདོད་འཛོར་རྒྱུ་པར་གདུབ་གྱི་མིང་ལ་ཉི་མ་ཀུན་ལྟེ་ངང་པ་ལྟན་པ་  
 ཞེས་འཕོད་པ་རྒྱུ་པར་གདུབ་གྱི་སྒྲུ་ངང་པའི་སྒྲིད་དང་ཆ་འདྲ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི།  
 རྒྱུ་པར་གདུབ་ལ་ངང་པའི་གཟུགས་བཞོད་པ་སོགས་གྱིས་ངང་པ་ལྟན་པར་བཟོད་  
 པ་མེན་ལ། རྒྱུ་པར་གདུབ་གྱི་དེས་མིང་རྒྱ་པར་ཞེས་པ་རྒྱ་དམན་པ་ལྟར་གང་  
 བའི་དོན་རུ་བཤད་དོ། །དེས་ན་ངང་པའི་སྒྲིད་ནི་གསེར་གྱི་རྒྱུ་པར་གདུབ་འབྲེལ་  
 བའི་སྒྲིད་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་ངང་པའི་སྒྲིད་ཐོས་པ་ལས་ངང་པ་ཉིད་  
 རུ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཞུང་འདིའི་ལེའུ་གསུམ་པར་བཞད་གྱི་རྗེས་མཚུངས་  
 རྒྱ་ལྟན་དེའི་ཆུང་ཅན་ཞེས་དེའི་གཡེར་གྱི་སྒྲུ་བཞད་གྱི་སྒྲུ་དང་འདྲ་བར་བཤད་

པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལྟར་གདོང་དང་ལྷ་བཙོས་མཐུན་པའི་དག་གིས་སྒྱུར་བ་  
ན་གདོང་ཡིད་དགའ་བའི་སེམ་བྱེད་གྱི་བདུད་ཚིའི་བདག་ཉིད་དང་། ལྷ་བ་  
ནི་བདུད་ཚིའི་བདག་ཉིད་གྱི་བསེལ་ཟེར་ལྟན་པའོ། །གདོང་གིས་བསྐྱེད་མཛེས་  
པ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། ལྷ་བས་བསྐྱེད་ལྷ་བར་བྱེད་པས་ན་དེ་གཉིས་  
ཀ་ཡང་བསྐྱེད་ལྷ་སྒྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་བའི་དྲ་རྒྱ་ཞེས་པའི་དྲ་རྒྱ་ཞི་  
མིག་འབྲས་དང་སྐར་མ་ལ་འཇུག་པས། གདོང་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ལྷ་བ་  
པའི་མིག་འབྲས་ཏེ། མིག་གི་རྒྱལ་མོ་དང་ལྟན་པ་དང་། ལྷ་བ་ལ་འོད་མདངས་  
ལྷ་བའི་སྐར་མ་ཅན་ཞེས་སོ། །

འདིར་སྐར་མ་འབྲས་ཅན་ཞེས་སྒྲ་བསྟན་ནས་སྒྱུར་བ་སྒྱུར་བ་ལྟར་ན། ལྷ་སྒྱུར་  
ཞིག་པས་རྒྱ་སྐར་མོར་བཞག་བྱས་ན་ལེགས་ཞེས་བཤད། དེ་ལྟར་སྒྲ་དང་དོན་  
གྱི་སྒྲོ་ནས་གདོང་དང་ལྷ་བཙོས་འདྲ་བར་སྒྱུར་བར་བྱས་ནས། ཁྱོད་གདོང་  
ལྷ་བ་འདི་ཡོད་བཞིན། ལྷ་བ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཞེས་པལ་པའི་ལྷ་  
བའམ་བཏགས་པའི་ལྷ་བ་གདོང་ལ་བརྟེན་བའམ་ཡོད་པ། གཙོ་བོ་ལྷ་བ་དངོས་  
དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཡོན་ཏན་བདུད་ཚིའི་བདག་ཉིད་སོགས་གསུམ་པོ་བསྟན་  
པར་བྱས་ནས་གཙོ་བོའི་ལྷ་བ་ལ་དེས་ཅི་བྱ་ཞེས་དགོས་པ་མེད་པར་བརྗོད་  
དེ། འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡི་དག་གི་རྣམ་པ་ནི་དེ་ལྟར་པན་ཚུན་སྒྱུར་བས་འགོག་  
པའོ། །གཞན་གྱི་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཡང་ད་དུང་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
གྱི་ནི་གཞན་རྣམ་པར་གཞོན་འདོད་གྱི་བསམ་པ་འདི་ལ་ཚིམ་པ་ཅུང་ཟད་མེད་



བ་མཚར་རོ། །ཡང་ན་ངོ་ཅི་མཚར་ཏེ་སྒྲེག་ཟམ་འབར་བ་ལ་གིང་ཅི་ཙམ་བསྒྲུན་  
 གྲང་ཚིམ་བ་དག་གིས་ནི་ནམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་མ་མཐོང་བ་དེ་ནི་དེའི་ཚིམ་ཉིད་  
 ཡིན་བས་མཚར་དུ་མེད་དོ། །གང་ཕྱིར་སྐྱབས་འདིར་ནི་དོན་གཞན་མེ་འབར་  
 བ་ལ་ཚིམ་བ་མེད་བ་དག །རྒྱལ་པོའི་རྣམ་པར་གཞོན་བ་ཚིམ་བ་མེད་བ་དེ་  
 ཡི་ཚིམ་མཚུངས་སུ་བསྒྲུན་བར་བྱས་ནས། ཚིམ་བ་མེད་བ་ལ་ཡ་མཚན་དུ་  
 ཚུམ་བཤམ། འཛིན་བ་འགོག་པར་བྱེད་བ་འདི་ནི་དོན་གཞན་བཀོད་བས་  
 འགོག་པའོ། །འདི་ནི་བདག་ཅག་ལ་སྦྱིན་བ་པོ་ཞེས་སུ་ནམ་ཡང་ནི། མི་ཡི་  
 དབང་པོ་ཁྱེད་ལ་མི་བསྟོད་དེ། རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་སྟོང་མོ་བས་ཁྱེད་གྱི་  
 རོར་རྣམས་མཐོང་བ་ཙམ་ནས་འདི་གཞན་གྱི་ཡིན་ནོ་སྒྲུལ་དུ་མི་སེམས་པར་  
 རང་གི་རོར་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་ལེན་བས་སོ། །ཞེས་བ་ལ་སོགས་རྒྱ་མཚན་  
 གྱི་སྟོན་ནས་འགོག་བ་ནི། རྒྱ་མཚན་ནམ་རྒྱས་འགོག་བ་ཞེས་སུ་བཤད་བ་ཡིན་  
 བ་སྟེ་སྒྲུག་བཅས་གྱི་ཚིག་སྟེ་འོག་མ་དང་མཚམས་སྒྱུར་བའི་སྟེང་དུ་བཀོད་  
 བ་ཙམ་སོ། །

གསུམ་བ་མཚུག་སྟེད་ནི། འདིར་དབེར་བརྗོད་པའི་ཚུགས་འདི་ཉིད་གྱིས་  
 དགག་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའམ་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་གཞན་བ་མཐའ་  
 མེད་བ་དག་གྲང་འདིས་མཚོན་ནས་སྟོན་དབག་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །  
 བདུན་བ་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་བཤད་བ་ལ། རོ་བོ་རོས་བཟུང་བ་དང་།  
 དབྱེ་བ་དབེས་བསྒྲུན་པ་གཉིས། དང་པོ། གང་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དངོས་

པོ་འགའ་ཞིག་སྒྲིན་དུ་བཀོད་ནས། ལྷ་མ་དེ་ཡི་རྒྱལ་བྱེད་ལུས་པ་ཅན་དུ་སྐྱར་  
བ་ཡི་དངོས་པོ་གཞན་དག་རྗེས་སུ་འཁོད་པ་དེ་ནི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཡི་རྒྱན་  
ཡིན་པར་སྒྲོས་རབ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ། ཀུན་ཏུ་ཁྱབ་པའི་  
དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱར་ཏེ་ཁྱད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་དང་། སྐྱར་བ་ཅན་དང་། འགལ་བ་ཅན་དང་། མི་འོས་  
བར་བྱེད་པ་དང་། འོས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྐྱར་བ་དང་། འོས་དང་མི་འོས་  
པ་གཉིས་ལྡན་དང་། དེ་ལས་གོ་རིམ་བརྒྱུད་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་སྟེ་རྣམ་གྲངས་བརྒྱད་ཡོད་པའོ། །རྒྱན་འདི་ཡི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་  
པོ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་རྣམས་ནི་དག་གི་སྒྲོར་བ་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་མཚོན་  
པ་སྟེ་གསལ་བར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། བོད་བསྟན་འདི་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་  
བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ཕྱིར་བ་བསྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། དང་པོ་ཀུན་ཏུ་ཁྱབ་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།  
ལེགས་ལྡན་ཞེས་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ཞིང་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིག་  
ལྟ་བུར་སྐྱར་བ་ནི་མ་དང་སྒྲ་བ་ཡང་ལུབ་པར་སྐྱར་བ་ནིང་ལ་ལྟོས་ཞེས་བསྒྲུབ་  
བྱའོ། །དེའི་རྒྱལ་བྱེད་ནི་ནི་མ་སྒྲ་བ་འདི་ལྟར་གཟི་བརྗིད་ཆེ་ཞིང་འདི་ལྟར་  
མཐུ་ཆེ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱི། འདུས་བྱས་ཡིན་པས་ན་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་  
རྟག་ཏུ་རང་རྩལ་གཅིག་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་པར་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་

འདི་ལ་ནི་སྤྱི་ཡིས་འགོངས་པའམ་འདའ་བར་བྱེད་དེ་བྱེད་མི་རྣམས་སོ། །ཞེས་  
སྤྱབ་བྱེད་མི་རྣམས་པའི་རེས་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་བྱིར་  
ཀྱན་ལ་བྱབ་ཆེ་བ་བཀོད་པའོ། །བྱེད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་  
པ་ནི། རྒྱ་འཛིན་འདི་དག་ནི་ལུས་ཅན་གྱི་ཆ་བས་གདུང་བ་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་  
བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་རྣམས་གྱི་  
བདག་ཉིད་ཐོབ་པར་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་འདི་དག་ཀྱང་གཞན་གྱི་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་ལ་ཞི་བའི་སྤྱད་དུ་དེ་ལྟར་གྲགས་པའོ། །ཞེས་སྤྱི་ཡིས་གཞི་བརྟེན། མེས་  
སྤྱི་ན། རྒྱུད་གིས་འཕེལ། རྒྱུ་ལ་སྤྱད་པའི་སྒྲོ་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་འཛིག་རྟེན་  
ཡོངས་གྱི་ཉེར་འཚོར་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དངོས་པོ་སོ་སོའི་བྱེད་པར་  
ལ་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །འདི་ལ། བདག་ཐོབ་མིན་ནམ་ཆེན་པོ་རྣམས། །  
གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཞི་སྤྱད་དུ་འོ། །ཞེས་པའི་འབྱུང་ལྟར་ན་བཤད་རྒྱུ་ལྟར་  
མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཐོབ་པར་སྒྲུང་རོ། །ནང་བཅུད་ལ་བཤད་ན། བདག་ཉིད་ཆེན་  
པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཐོབ་  
པ་ནི་གཞན་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཞི་བའི་སྤྱད་དུ་ཡིན་པས། གཞན་ལ་  
ཕན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱི་ན་ཅམ་དུ་མ་ཟད་གཞན་དུ་མ་འདའ་ཡོད་དོ་ཞེས། གཞན་  
ལ་ཕན་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་གྱི་བྱེད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་བརྗོད་པར་བྱས་  
ཀྱང་བྱེད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཡིན་པས་དོན་ལ་བྱེད་མེད་  
དོ། །སྤྱིར་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། ལྷོ་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུད་གིས་ནི་

འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅེས་པ་བསྒྲུབ་བྱའོ། །དེ་ཡི་  
སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་དོན་གཞན་ནི། དུས་ཀྱི་ཐུང་ཡང་དག་པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཀུན་  
གྱི་སྙིང་ཏུ་སྐྱུག་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཞེས་དུས་ཀྱི་ཐུ་ཞེས་པ་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་  
ཀྱང་། སྐབས་འདིར་དུས་ཀྱི་ཐུ་ཞེས་མཁས་ཤིང་བྱངས་ལ་གཡོ་སྒྱུ་མེད་པ་ལ་  
འཇུག་ཅིང་། དེ་ལ་སྐུན་ཐུང་སྐྱར་བས་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་པར་འགྱུར་བས་  
མཐོ་དམན་མེད་པར་སྒྲིམས་པའི་བྱང་པོ་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཀུན་དང་མཐུན་པར་  
འཇུག་པའི་དོན་གྱིས། ཀུན་དང་མཐུན་པར་འཇུག་པ་དང་ཡང་དག་པར་  
ལྷན་པ་འདི་ཀུན་གྱི་སྙིང་སྐྱུག་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའི་དོན་དང་། ཡང་དུས་ཀྱི་ཐུ་  
སྟོ་སྐྱུགས་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་དོན་ལ་ཐུང་སྐྱར་བས། སྟོ་ལས་བྱུང་དང་  
ཡང་དག་ལྷན། ཞེས་སྟོ་ན་སྐྱན་སྐྱོས་གྱི་ནགས་ཚལ་ཡོད་པས་དེ་ལས་བྱུང་  
བའི་དྲི་ཞིམ་པོ་དང་ལྷན་པས་ཀུན་གྱི་སྙིང་ཏུ་སྐྱུག་པ་དང་དོན་གཉིས་པོ་དེ་སྒྲུ་  
གཅིག་པོ་དེས་སྐྱར་ནས་བབྱང་བས་སྒྲུ་གཅིག་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་དོན་གཉིས་སྐྱར་  
ཏུ་ཡོད་པས་སྐྱར་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པར་བརྟེན་དོ། །གཞན་དུས་ཀྱི་ཐུ་  
སྒྲུ་གཡས་སྐྱུགས་ལ་འཇུག་ཀྱང་། དེ་དག་སྐབས་འདིའི་དོན་མིན་ནོ། །འགལ་  
བ་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། མཚན་མོར་བྱེད་པ་བླ་བ་འདི། བཀ་པོ་  
ར་འི་དྲི་མ་དང་ལྷན་ཡང་འགོ་བ་རྣམས་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས། དྲི་  
མ་ཅན་གྱིས་དགའ་བ་སྐྱེད་པ་འགལ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བའདི་བསྒྲུབ་བྱའོ། །སྒྲུབ་  
བྱེད་གཉིས་སྐྱུས་ཞེས་པ་བུམ་ཟེ་དག་གི་དབང་པོ་སྟེ་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཆགས་

སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་དང་ལྷན་ཡང་རིག་བྱེད་ལ་མཁས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲུབ་གཞན་  
 སྒྲོབ་མ་རྣམས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་རྒྱས་སོ། །འདི་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་དཔེ་  
 དང་སྒྱིར་འདྲ་ཡང་དཔེ་ཅོམ་དུ་བསྟན་པ་མིན་པར་བསྒྲུབ་བྱ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་  
 ཏུ་འགྱུར་པའི་བྱེད་པར་རོ། །མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། ཡིད་འོང་  
 སྒྲུབ་ཅི་འཕྲུང་པའི་མགྲིན་པ་གང་ཞིག་དབྱངས་སྒྲན་པ་འཕྲུང་པའི་གནས་དེ་  
 ལས་བྱུང་པ་བྱུང་པའི་སྒྲུབ་ཀྱང་ལྷན་པར་གདུག་ཅིང་རྩལ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 བ་ནི་མི་འོས་པའོ། །དེ་ལྟར་མི་འོས་ཀྱི་ཡང་དེ་འདྲ་བྱིད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ནི། འདོད་  
 པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་འཕམ་ཉེས་པ་ནི་ཚུལ་འདི་འདྲ་པར་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཅིག་གོ་ཞེས་སོ། །འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། ཚུ་སྒྲེས་པ་དམར་  
 མོའི་འདབ་མའི་མལ་སྟན་འདིས་བདག་གི་ལུས་འདི་ཆགས་པས་གདུང་ནས་  
 རྒྱུག་པར་བྱེད་དོ། །འདིར་པ་དྲུག་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་ལ། ཆགས་པ་ནི་ལུས་  
 ཡིད་འོང་ལས་སྒྲེབ་པའི་བྱིར་དང་ཆགས་པས་ཤོད་འབར་བ་དང་སེམས་གདུང་  
 པར་བྱེད་པའི་བྱིར་འོས་པའོ། །དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱུག་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་  
 རྒྱུག་ཟེ་མེ་དང་། ཆགས་པ་སྒྲེད་པའི་རིག་འཇམ་པ་དྲུག་འདི་གཉིས་གདུང་པའི་  
 བྱ་བ་བྱེད་པར་འདྲ་བས་ན་པ་དྲུག་འཇམ་སྟན་ལས་སྒྲེས་པའི་ཆགས་པ་དེས་  
 གདུང་ཞིང་རྒྱུག་པར་བྱེད་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟེ་རིགས་སོ། །འདི་ལ་  
 པ་དྲུག་འཇམ་སྟན་གྱིས་ལུས་གདུང་བ་བསྒྲུབ་བྱ། དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་པ་དྲུག་ནི་མདོག་  
 དམར་བས་མེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པས་གདུང་རིགས་ཞེས་སྟེ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་

སྒྲུང་། དེ་ནི་ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་གྱིས་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་སྒྲོ་བ་དགས་པ་ཙམ་ལས་  
དངོས་དོན་སྒྲུབ་ཅུས་ཅི་མི་སྒྲུང་ངོ་། །དོན་ལ་བསྐྱེད་མལ་སྟན་ལ་བརྟེན་ནས་  
དགའ་མའི་ལུས་རེག་འཇམ་གྱི་རྣམ་པ་དྲན་ནས་ཆགས་པས་གདུང་བ་འབར་  
བ་བརྗོད་བྱར་བྱས་ནས་འོས་པར་བསྒྲུབ་པའོ། །འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་ནི། བསེལ་ཟེར་ཅན་གྱིས་བདག་གི་སེམས་གདུང་ཞིང་རྣལ་  
གནས་ལས་ཉམས་པར་བྱེད་དུ་ཆུག་མོད། དེའི་ཀྱི་དུས་ཡིད་འོང་དག་པ་  
འདིས་བདག་ཅི་ལ་གདུང་སྟེ་འདི་ནི་མི་འོས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ན་ནག་པོར་རིའི་  
དྲི་མ་ཡོད་པ་རི་བོང་ཅན་གྱིས་སྒྱུད་པའི་ལས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་དེའི་ཡོངས་  
སྒྲུང་ག་པས་སྒྱུད་མི་འོས་པ་མིན་ནམ་ཞེས་སོ། །མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་  
གཞན་བཀོད་པ་ནི། མེད་ཀྱི་ཀྱུ་ལྟ་བུ་ལྟར་པའི་ཆལ་འདི་ཡང་ཆགས་པའི་མེས་རྒྱུ་  
པའི་རྒྱར་རྒྱར་ནས་བདག་སྟེག་པར་བྱེད་ན། བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཏེ་བསྐྱེད་མང་  
པོ་ཡོད་པའི་ཆལ་དེས་ནི་དེ་ལྟར་ཅིས་མི་བྱེད་ཅིས་པ་བསྒྲུབ་བྱ་དང་། དེའི་སྒྲུབ་  
བྱེད་ནི་བསེལ་བྱེད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཟུང་བ་ཀྱུ་ལྟ་བུ་རྣམས་རྒྱུ་བ་ཅིང་གདུང་བ་བསྒྱེད་  
པས་ན། ཉེ་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་བསྐྱེད་ཆལ་རྣམས་ནི་འཇམ་པར་མི་འགྱུར་  
ངོ་། །ཞེས་ཚིག་གི་ཉམས་འགྱུར་མཚར་བོར་བརྗོད་པའོ། །

བརྒྱད་པ་ལྟོག་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་བཤད་པ་ལ། རྒྱན་གྱི་ངོ་བོ་དོས་བཟུང་། དེའི་  
དབྱེ་བ་རྣམས་དཔེ་བརྗོད་གྱིས་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། མཚུངས་པར་  
བརྗོད་པའི་སྒྲུབ་དོས་སུ་འཇུག་པའོ། །མཚུངས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲུབ་དོས་སུ་མེད་

ཀྱང་དོན་ནམ་ལྷགས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཡིས་དངོས་པོ་གཉིས་ནི་མཚུངས་པར་  
གྱུར་པ་གཞིར་བཞག་ནས། སྒྲུབ་ཡང་དེ་གཉིས་པོ་ཡི་དབྱེ་བ་བརྗོད་པ་གང་  
ཡིན་པའི་དག་སྒྱུར་དེ་ནི་དེ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཅིང་ལྷོག་པས་ན་ལྷོག་པ་  
ཅན་ཞེས་པའི་རྒྱན་དུ་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེས་བརྗོད་པ་ལ་གཞུང་འདིར་གསུངས་པའི་དཔེ་བརྗོད་  
བརྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་དག་སྒྱི་རིགས་ནས་བཞིར་འདུས་ཏེ། སྒྲུབ་ཟིན་མཚུངས་པའི་  
ལྷོག་པ་ཅན། མཚུངས་པར་རྟོགས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན། འབྱེད་བྱེད་མཚུངས་  
པའི་ལྷོག་པ་ཅན། རིགས་མཐུན་འབྱེད་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་དང་བཞི་ལས།  
དང་པོ། སྒྲུབ་ཟིན་མཚུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་གཅིག་གི་ལྷོག་པ་  
ཅན་ནི། རྒྱལ་པོ་ཤ་མ་སོགས་ཀྱིས་མི་གཡོ་བས་བརྟན་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ནི་  
འདོམ་བརྒྱ་གཉིས་མན་ཆད་མི་གཡོ་བས་བརྟན་པ་དང་། ཁའི་གཡས་འདོམ་  
བརྟན་མན་ཆད་མི་གཡོ་བར་བཤད། རྒྱལ་པོ་སློ་ཁོག་ཡངས་ལ་ཆེ་བའམ་  
མངའ་ཐང་ཆེ་བ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཐ་གྲུ་ཡངས་པའི་རྒྱ་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
པ་དང་། ལུ་བ་རྩ་ཞེས་ལན་ལྟེ་རོ་དང་མཛེས་པ་ལ་འདུག་པས། རྒྱལ་པོ་  
མཛེས་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལན་ལྟེ་རོ་དང་ལྷན་པ་སྒྲུ་ཡི་སྒྲོ་ནས་སྒྱུར། སོགས་  
སྒྲུབ་གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱ་མཚོ་རིན་པོ་ཆེའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་དང་  
སྒྲོག་ཆགས་མང་པོའི་རྟེན་གནས་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་  
ཁྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་མཚུངས་ཞེས་དེ་གཉིས་མཚུངས་ཚུལ་སྒྲུབ་དངོས་སུ་ཟིན་

པར་བྱས་ནས་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ནི་  
 རླུས་བྱ་མཚོག་གི་ལུས་ཡན་ལག་དང་དབང་པོ་ལྷན་པ་འདི་འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱིས་  
 སོ། །འདིར་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཅིག་ལ་གནས་པའི་ཚེས་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི།  
 ཅིག་ཤོས་ལ་དེ་མེད་པའི་བྱེད་པར་ཤེས་ནས་གཉིས་ཀ་ལ་གནས་པའི་ཚེས་  
 ཐ་དད་མི་འདྲ་བརྟོགས་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱར་པའི་བྱིར། དཔེ་བརྗོད་འདི་ནི་གཅིག་  
 གི་ལྷོག་པ་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །གཅིག་གི་ལྷོག་པ་ཅན་སོགས་པལ་ཆེར་སྐྱར་ན་  
 རྒྱན་འདྲ་ཡང་འབྱེད་བྱེད་གཉིས་པོ་མཚུངས་པ་གོ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན་པས་སྐྱར་  
 བ་བྱགས་ལས་སྐྱབ་མོད། དེ་གཉིས་འབྱེད་པའི་ལྷོག་པ་བརྗོད་པ་བརྗོད་  
 བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་སྐྱར་རྒྱན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཁུ་ཡི་ཡུང་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
 པོ་དག་དང་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་མཚམས་ལས་མི་འདའ་བ་དང་ཟབ་པ་སྟེ། ཞེས་  
 རྒྱལ་པོ་ལུགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་  
 མཚམས་ལས་མི་འདའ་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་སློ་ཟབ་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་གཏིང་  
 ཟབ་པས་དངོས་པོ་དེ་གཉིས་མཚུངས་པ་ཡིན་པ་ལས། འབྱེད་བྱེད་ཐ་དད་  
 དུ་སྐྱར་པའི་ཚེས་ནི། རྒྱ་མཚོ་འདི་ནི་མིག་སྒྲན་དང་མཚུངས་པར་ནག་ལ།  
 རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ནོ། །ཞེས་གང་བྱིར་འདིར་ནི་རྒྱལ་པོ་  
 དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་ཀ་ཡི་སྤྲོད་གི་སོ་སོར་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནག་པོ་དང་།  
 སེར་པོ་དག་ནི་ཐ་དད་དུ་བསྟན་པ་འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་ལྷོག་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་  
 སྟེ། གཅིག་དང་གཉིས་ཀྱི་ལྷོག་པ་བརྗོད་པ་ནི་འོག་མ་རྣམས་ལ་བྱེད་



དུ་འཇུག་གོ། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་དང་རྒྱུ་མཚོ་གཉིས་ཀ་དུས་རྒྱུ་ལོ་ཞེས་པ་བསྒྲོག་དགའ་  
 བ་དང་གྲོང་འཁོར། མ་རྒྱ་ས་རྒྱ་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་པོ་དང་། སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་  
 སྒྲི་ཆུ་སྒྲིན་སོགས་ལུས་ཆེ་བ། ཏེ་རྒྱ་གཞི་བཟིང་དང་མེ་ལ་འཇུག་པས་སྐྱབས་  
 འདིར་རྟ་གདོང་གི་མེའོ། རྒྱ་ལྷ་རྒྱ་དེ་དག་རེ་རེས་དོན་གཉིས་རེ་མཚོན་པ་  
 ལས་སྒྲུ་མ་རྒྱལ་པོའི་ཆོས་དང་། བྱི་མ་རྒྱུ་མཚོའི་ཆོས་སུ་བྱས་ཏེ་ཆོག་གི་སྒྱུར་  
 བཤོམས་དེ་གཉིས་སྒྲིན་ཅིག་མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ། ཆོས་དེ་རྣམས་དང་བཅས་  
 བར་སྒྱུར་པ་ལས། འོན་ཀྱང་ཆོས་འདི་ཡིས་ཁྱོད་གཉིས་ཐ་དད་དེ། གང་ཞེ་  
 བ། རྒྱུ་མཚོ་དེ་ནི་ཆུ་ཡི་བདག་པོ་སེམས་མེད་པེམ་པོའི་རང་བཞིན་དང་།  
 རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ནི་སེམས་ལྡན་མཁས་པའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་སོ། ཞེས་པ་  
 འདི་ནི་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་དང་ལྡན་བྱིར་སྒྱུར་བ་ཡི་ལྷོག་པ་ཅན་ཞེས་གསུང་བར་  
 མཛོད་ཅིག་ འོན་གོང་འོག་གི་དེ་རྣམས་ཀྱང་སྒྱུར་བ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རམ་  
 ཞེན། འདིར་དེ་གཉིས་དོན་གྱིས་མཚུངས་པ་རྟོགས་བྱེད་གྱི་ཆོག་མེད་པར་  
 རྒྱ་ཙམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་པར་སྒྱུར་ཏེ་སྒྲུར་ཐ་དད་དུ་བྱས་པའི་བྱིར་སྒྱུར་  
 བའི་མིང་སྒྲེར་དུ་ཐོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་གྱི་མཚུངས་ཆོས་མེད་པའི་དངོས་  
 པོ་གཉིས་ལ་འང་ཆོག་གི་སྒྱུར་ནས་དབྱེ་བ་བྱས་ན་ཚུལ་འདི་འདྲར་འགྱུར་རོ། །  
 དེས་ན་རྒྱུན་འདིའི་སྒྱུར་ཚུལ་ཆོག་འབའ་ཞིག་གིས་སྒྱུར་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ་གཞན་  
 དང་གཞན་རྣམས་དང་བྱེད་པར་མི་བྱེད་དོ། །འགོག་པ་ཅན་དང་གཏན་ཆོག་ས་  
 ཅན། གཉིས་པོ་དེ་ཡང་བསྒྲུན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ནས་དེ་གཉིས་གྱི་

དབེར་བརྗོད་པ། ཏུས་ཀྱི་རྒྱབས་འབྱུང་བ་དང་དམ་པའི་སྦྱོད་པའི་ལུགས་  
དང་ལྷན་ཞིང་གཏིང་མི་གཡོ་བས་བརྟན་པ་དང་། རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཡིན་  
མོད་ཀྱང་། བ་རྒྱ་སོགས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་ལྷན་པ་རྒྱ་སྤོན་སོགས་སྒྲིག་ཆགས་གདུག་  
པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་རྒྱ་མཚོ་དེ་ནི། རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་འགན་རྒྱར་འབྱུར་བ་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་པའི་རྒྱལ་གྱིས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བརྗོད་པ་འདི་ནི་  
འགོག་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །དེ་དང་གླིང་དང་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་ཡི། །ས་  
གཞི་མཐའ་དག་འཛིན་མོད་ཀྱང་། །ཞེས་རྒྱལ་པོས་ས་ཐམས་ཅད་དབང་  
བྱས་ཏེ་འཛིན་པ་དང་གྲུ་ལྷག་མ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ས་ཐམས་ཅད་ལུས་ཀྱིས་  
འདེགས་ཤིང་འཛིན་བྱས་པའོ། །སྟན་དག་གི་རྒྱ་འགྲེལ་ཙུམ་པ་པོ་དག་དབང་  
བྱགས་པས་ལྷག་མ་ཅན་ནོར་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་ཡིན་པར་བཤད་ཅིས་གསུངས། དེ་  
ལྟར་ས་མཐའ་དག་འཛིན་པ་ན་ཡང་ལག་འགྲོ་ཞེས་དུད་འགྲོ་ཡི་རིགས་སུ་  
གཏོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ན། གྲུ་ལྷག་མ་ཅན་ནི་མི་རྣམས་  
ཀྱི་རྗེར་གྱུར་པའི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་པས་དམན་ནོ་ཞེས། ཐ་དད་དུ་འབྱེད་ཆོས་  
དམན་པ་དེའི་རྒྱ་མཚོན་བཞོད་ནས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། གཏན་ཆོགས་ཅན་གྱི་  
ལྷོག་པ་ཞེས་བྱའོ་དེ་ཡན་ཆད། རྒྱ་དག་འཇུག་པར་མཚུངས་པ་ཡི་ལྷོག་པ་  
ཅན་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་བ་སྟེ། དངོས་སུ་མཚུངས་ཆོས་རྒྱས་མ་བརྗོད་  
ཀྱང་དབྱེ་བ་བྱས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཚུངས་ཆོས་དོན་གྱིས་རྟོགས་  
པར་གྱུར་པ་ལས་མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་གྱུབ་པ་ཡང་། ཐ་དད་དུ་བྱེད་པའི་ལྷོག་

བ་བརྗོད་བ་ཡོད་བ་དེ་ནི་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་འཇུག་པས་མཚུངས་བ་བཤད་ཟིན་ནས་  
 དེ་ཡི་རྗེས་སྒྲུབ་བཤམ་བརྗོད་ན། ཉེན་གྱི་དབྱེ་བའི་ལྷོག་བ་ཙན་ནི། ཁྱོད་  
 གྱི་གདོང་དང་བསྐྱ་སྟེ། །འདི་གཉིས་གྱི་ནི་ཁྱོད་པར་ཡང་། །བསྐྱ་ཚུ་ལས་སྒྲེས་  
 བ་དང་། ཁྱོད་གདོང་ཁྱོད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་གཉིས་མཛེས་  
 བར་འདྲ་བ་མ་སྒྲུབ་ཀྱང་ལྷགས་གྱིས་གོ་ཞིང་སྒྱུར་གཞི་གཉིས་པའི་དབྱེ་བ་  
 ཙན་དེས་སྒྲུབ་རྗོད་པའོ། །དཔེ་ཙན་ལྷག་པའི་ལྷོག་བ་ཙན་ནི། རི་དྲགས་  
 མིག་ལ་སྒྲིན་མ་གཡོ་བའི་སྒྲེག་བ་དང་། ཆགས་པས་སྒྲིས་པའི་མདངས་དམར་  
 བས་རེག་བ་མེད་ལ། མཛེས་མ་ཁྱོད་གྱི་མིག་ནི་གཉིས་པོ་འདི་གང་གི་ཡོན་  
 ཏན་དེ་དག་ཉིད་གྱིས་བརྒྱན་ནོ། །ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་  
 སྒྲུབ་མར་སོ་སོའི་དབྱེ་བ་ཙན་ཞིག་བསྟན་བ་དང་། བྱི་མ་འདིར་ནི་དཔེ་ཙན་  
 ཉིད་དཔེ་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་བ་ཉིད་བསྟན་ནོ། །འདི་གཉིས་མཚུངས་པར་  
 རྟོགས་པའི་ལྷོག་བ་ཙན་གྱི་བྱེ་བྲག་གོ། །སྒྲུབ་ཡང་གཞི་གཉིས་པོ་མཚུངས་  
 བར་མ་ཟད། དེ་གཉིས་གྱི་འབྲེད་བྲེད་ཀྱང་མཚུངས་པའི་ལྷོག་བ་ཙན་སྒྲུབ་  
 ལས་གཞན་དུ་སྒྱུར་བ་དག་རབ་དུ་བསྟན་པར་བྱ་ན། ཁྱོད་གྱི་གདོང་དང་བསྐྱ་  
 དག་པ། རྒྱས་གིང་དྲི་བཟང་ལྟན་བ་སྟེ། །བསྐྱ་ལ་ནི་བུང་བ་ལོང་། ཁྱོད་  
 གྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་གཡོ། །ཞེས་བ་འདི་མཚུངས་ཆོས་སྒྲས་ཟིན་ཅིང་འབྲེད་  
 བྲེད་མཚུངས་པའི་ལྷོག་བ་ཙན་ནོ། །ཁློ་བ་འདི་ནམ་མཁའ་ཡི་རྒྱན་ནོ། །ངང་  
 བ་འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཡི་རྒྱན་ནོ། །ནམ་མཁའ་འདི་ནི་རྒྱ་སྒྲར་གྱི་བྲེད་བ་ཙན་ནོ། །

ཅུ་འདི་ནི་མེ་ཏྲག་ཀྱ་མུ་ད་རྒྱས་པ་ཅན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་མཆུངས་ཆོས་དོན་  
གྱིས་ཏྲགས་ཤིང་འབྱེད་བྱེད་མཆུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །དེ་ཡང་ཆེགས་  
བཅད་ཕྱི་མ་འདིར་ནི་འབྱེད་བྱེད་ལྷ་བ་དང་དང་བ་དག་དཀར་བ་ཉིད་དང་།  
སྟགས་སྒྲས་རྒྱ་སྒྲར་དང་ཀྱ་མུ་ད་ཀྱང་དེ་བཞིན་དཀར་བ་སྒྲས་དངོས་སུ་མ་བརྟོད་  
ཀྱང་ཤུགས་གྱིས་ཏྲགས་པ་དང་། གང་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་གཞིན་མ་མཁའ་  
དང་ཅུ་ནི་དྲངས་ཤིང་སྟོ་ལ་དག་པར་ཡང་ཏྲགས་པར་མཆུངས་པའི་སྟོ་ནས་  
ཆེགས་བཅད་སྟེ་མ་ལས་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བ་བྱས་པ་དང་། ཆེགས་བཅད་སྟེ་མ་  
ལ་ནི་གདོང་དང་བདྲ་གཉིས་ཀྱི་མཆུངས་ཆོས་དངོས་སུ་སྟོན་པའི་སྒྲ་དང་ལྷན་  
པའི་སྟོ་ནས་མཆུངས་པར་ཏྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆེགས་བཅད་སྟེ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་  
ལ་ཡང་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བྱང་བ་དང་མིག་དང་། ལ་སྟགས་པའི་  
སྒྲས་ལྷ་བ་དང་དང་བ་དང་རྒྱ་སྒྲར་དང་ཀྱ་མུ་ད་ཀྱང་མཆུངས་པ་དེ་བྱིར་སྟེ་ཕྱི་  
གཉིས་ཀའང་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཆུངས་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །རིགས་མཐུན་  
འབྱེད་པའི་ལྷོག་པ་ཅན་ནོ། །ཁོར་བུ་སྟགས་རིན་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་བས་  
འདིའི་གོ་སྐབས་མི་འཕྲོག་ཅིང་། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་ཀྱང་མི་བརློག་པ་གང་  
ཞེས། ལང་ཆོ་དར་བ་ལས་བྱུང་བས་ན་རྒྱུད་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆགས་སྟེས་ཀྱི་མུན་  
བས་བྱུང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ལྷ་བ་འགོག་པར་བྱེད་དེ་མི་མཐོང་ངོ་། །མུན་པའི་  
རིགས་སུ་གྱུར་པ་ན་རྒྱུད་གི་མུན་པ་ཞེས་བཏགས་པ་འདི་ནི་ལྷ་བ་འཕམ་མཐོང་  
བ་དེ་ཉིད་འགོག་པ་འཕམ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་མུན་པ་དང་མཆུངས་ན་

ཡང་། ཉི་མ་དང་ནོར་བུའི་འོད་གྱིས་མི་སེལ་བའི་ཆོས་གཞན་དག་གིས་ནི་  
ལྷན་པ་ལས་ཐ་དད་དུ་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི། གང་དང་རིགས་མཐུན་པ་ལས་བྱུང་  
བར་དུ་འབྱེད་པའི་ལྷག་པ་ཙན་ཞེས་བྱའོ། །འདི་དང་ཚུལ་འདྲ་བར་སྒྲེབ་སྦྱར་  
རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཀྱི་མཚོན་བརྗོད་དུ། རྒྱལ་བ་ཐུབ་པ་ཉི་མ་ནི། སྤྲང་  
བ་མཚོག་གི་བདག་ཉིད་ཙན། ཁང་གི་མཚན་མོ་བཤེས་བྲལ་གྱི། ཁང་གི་ཉིན་  
བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆོལ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་དོན་གྱིས་འདི་དང་འདྲ་ཡང་ཆོག་  
གི་ཉམས་འདོན་ལུགས་རྩུང་མི་འདྲ་བ་ནི། དེ་དག་དབྱེ་བ་སྒྲུབ་རྒྱུ་མཐའ། སོ་  
སོ་ལ་གནས་བརྗོད་མི་ལུས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

དགུ་བ་སྤྲོད་པ་ཙན་གྱི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ་རོས་གཟུང་། དབྱེ་བ་དཔེས་བརྗོད་པ་  
གཉིས། དང་པོ། འཇིག་རྟེན་ན་དེའི་རྒྱ་དེ་ཡིན་པར་རབ་དུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་  
དེ་ལྟ་བུ་བརྒྱུག་ཅིང་། མེད་པར་བརྗོད་ནས་དེའི་འབྲས་བུ་རང་ཉིད་དཔོན་  
སྲུབ་རྗོད་པ་ལ་གང་ཞེས་རྒྱ་གཞན་པ་རྩུང་ཟད་ཙམ་ཞེས་ལུགས་ཀྱིས་མཚོན་  
བ་ཉིད་དམ། གང་དུ་རྒྱ་གཏན་མེད་པ་སྤྲད་དུ་བརྗོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་རང་གི་  
རོ་བོ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡི་རྒྱ་དེ་ནི་སྦྱར་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་མི་སྤྲོད་ཀྱང་རྒྱ་  
དེ་ཡི་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་སྤྲོད་པ་ལྟ་བུར་བསྐྱེད་པས་ཡ་མཚན་པ་དང་  
ལྷན་པས་ན་སྤྲོད་པ་ཙན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བའི་རྣམ་གྲངས་  
གསུམ་ཡོད་པའི་དང་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱ་གཞན་རྩུང་ཟད་སྟོན་པའི་སྤྲོད་པ་ཙན་  
ཡིན་ལ། བྱི་མ་ནི་རང་གི་རོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་དཔེའོ། །དང་པོ། འཇིག་རྟེན་

ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བརྒྱུག་ཀྱང་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་འདི་ལ་གཉིས་  
ལས། ཕྱིའི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་གྱི་དབེར་བརྗོད་ནི།  
འཛིག་རྟེན་ན་ཚུས་པའི་རྒྱ་ཆང་སོགས་འཁྱུང་བ་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་དེ་བརྒྱུག་  
ནས་ཆང་སོགས་མ་འཁྱུང་ན་ཡང་ཚུས་པའི་ཅེ་ཅོ་སྟོག་པའི་བྱ་ཀ་དམ་པ། ཞེས་  
མཐིང་རིལ་ལ་བཤད། དེ་བཞིན་དུ་མ་ཕྱིས་ཀྱང་དྲི་མ་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་  
དང་། རྟོགས་པ་བསལ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་གྱུང་བར་མ་བྱས་པར་དྲངས་པའི་  
རྒྱ་འདི་ནམས་ཀྱིས་འགོ་བའི་ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་པ་འདི་ལ་  
འཁྱུངས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་དེ་དག་མེད་ཀྱང་སྟོན་ཀའི་ནམ་མཁའ་དང་རྒྱ་དྲངས་  
པ་དང་། སྟོན་དུས་སུ་རྒྱ་བྱ་ཀ་དམ་པ་ལུས་ཚུས་པ་ལྟར་ཉོད་ཉོད་འབྱུང་བ་  
ཡི་རྒྱ་སྟོན་ཀའི་དུས་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཤྲགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། ཁང་  
གི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅམ་སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་ནི། མིག་སྒྲུབ་མ་བསྐྱས་པར་  
དཀར་བ་མིན་པར་རབ་ཏུ་གནས་པའི་མིག་དང་། སྤར་དུ་མནན་པ་མེད་  
པར་སྒྲིན་མ་དམའ་བ་དང་། རྒྱ་སྒྲེགས་སོགས་ཚོན་མ་བསྐྱས་པར་དམར་བ་  
ནི་མངོས་མ་ཁྱུང་གི་མཆུ་འདིའོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་འདི་ལ་དངོས་སུ་དེ་ལྟར་  
སྤྱིད་པའི་རྒྱ་འདི་ཡིན་ཞེས་མི་ཤེས་པས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལ་མི་མངོས་པ་མེད་  
པས་རྒྱ་བཀག་པ་ལྟར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅམ་པ་དེ་དང་དེའི་  
རྒྱ་དངོས་མ་ཡིན་ཡང་ལང་ཚོའི་དུས་སུ་བབ་པར་གོ་ནས་ལང་ཚོ་ལ་བབ་པའི་  
ཚེ་དེ་ལྟར་རིགས་སོ་སྟམ་པ་ལྟ་བུའོ། དེ་བཞིན་གོང་གི་སྟོན་ཀའི་དུས་ཀྱང་

དེའི་རྒྱུན་དུ་རྩེ་ཟད་འབྱུང་བ་ཤེས་ཀྱང་ཀ་དམ་པ་སྟོས་པ་ལྟ་བུ་དང་ནམ་  
མཁའ་དྲངས་པ་སོགས་སྟོན་ཀའི་དུས་ཁོ་ནས་བྱས་པ་མིན་ཡང་རྒྱུན་དེས་དེ་  
ལ་རྩེ་ཟད་ཕན་པར་ཤེས་སོ། སྤྱིར་དེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་  
ཞིང་རང་རང་སོ་སོའི་རྒྱ་མཐུན་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དེ་ཞིག་  
འཛིག་རྟེན་ན་རབ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བརྒྱུག་པ་ལས་ངོ་མཚར་བའི་ཚིག་གི་ཉམས་  
སྤྱུ་འབྱུང་བ་དེས་པར་སྤྲིད་དོ། དེ་ཡང་གང་ཕྱིར་རབ་རྒྱ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བརྒྱུག་  
སྟེ་མ་འབྲུངས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱང་འབྲུང་བ་སོགས་ལས་སྦྱེས་  
པའི་འབྲས་བུ་སྟོས་པ་ཉིད་སོགས་ནི་བརྒྱུག་རྩ་མེད་པར་ཡོད་ལ། དེ་ལ་སྤྱི་  
དང་ནང་གི་རྒྱ་གཞན་རྩེ་ཟད་ཡོད་པར་གོ་བ་ཅན་ཡིན་པས། ལྷར་སྤྲང་ངམ་  
བརྗོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དག་  
ཀྱང་བརྗོད་པར་འདོད་པ་གཙོ་བོར་བྱས་པས་དེ་ལ་སྒྲུབ་ངག་གི་ཚིག་ཉམས་  
སྤྱིར་བའི་སྐབས་འདིར་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་པ་ལ་རྒྱ་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མི་སྤྲིད་  
པའི་དོན་གྱི་འགལ་བ་མེད་པར་མ་ཟད་བརྗོད་པ་ཉམས་མཚར་བའི་རྣམ་པས་  
མཛེས་པ་ཡིན་ནོ། བྱི་ནང་གི་རྒྱ་གཞན་རྩེ་ཟད་ཅམ་ཡང་ཤུགས་ལས་མི་  
གོ་བར། འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཅམ་བསྟན་པའི་སྤྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུན་ནི། སྤྱིས་  
ཀྱང་ཆེད་དུ་བྱས་པ་མིན་པར་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཁ་ཡི་དྲི་ཞིམ་བོ་དང་ལྷན་ལ།  
བཙུགས་པ་མེད་པར་རམ་ཞོལ་མེད་པར་ཡང་ཞེས་མཛེས་ཚོས་ཀྱི་ཞོལ་བྱས་  
པ་མེད་པར་ཡང་ལུས་པོ་མཛེས་ཤིང་། འཁོན་གྱི་རྒྱ་མེད་པ་དག་རྩ་ཡང་ལྷ་

བནི་པན་ཚུན་འགྲན་པའི་དག་ལྷར་གྱུར་བ་དང་། མཛེས་བའི་རྒྱ་མཚན་ཕྱོན་  
དུ་སོང་བ་མེད་པར་འདོད་པ་ནི་འདི་ཡི་གྲོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་འདོད་པའི་དབང་  
གིས་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་འདུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་རང་བཞིན་གྱིས་སོགས་  
ཆོག་གི་སྒྲུབས་འདིར། རྒྱ་ནི་དངོས་སུ་རབ་ཏུ་བརྒྱུག་ཅིང་མེད་པར་བརྟེན་  
ནས། དྲི་ཞིམ་ཉིད་སོགས་འབྲས་བུ་རང་གི་ངོ་བོ་བརྟེན་པ་དེ་ཕྱིར་འདི་ནི་རྒྱ་  
མེད་པར་སྲིད་པ་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕྱོག་གྱུར་གྱི་ལས་སྒྲུ་མ་ནི་  
རྒྱ་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ནི་འཛིག་ཉེན་པ་ལ་བ་ཀུན་གྱི་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞལ་  
བྱ་མ་ཡིན་པས་མེ་ཞིག་འདི་ལྟར་བརྟེན་པ་གང་དེ་མི་སྲིད་པའི་བརྟེན་པར་མི་  
འགྱུར་ཞིང་། སྲིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མེས་བརྟེན་ཚུལ་མངོན་ཉམས་དང་ལྡན་  
པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

བརྒྱུ་བ་བསྐྱུས་བརྟེན་གྱི་རྒྱན་ལ། རྒྱན་གྱི་རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེའི་  
དབྱེ་བ་དཔེ་བརྟེན་གྱིས་མཚོན་ནས་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། གང་བརྟེན་  
པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བསམས་པར་བྱས་ནས། བསམ་  
བྱ་དེའི་དོན་བརྟེན་རྒྱ་དེ་ཉིད་བསམ་བྱ་དེ་དང་ཚོས་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་  
གཞན་ཞིག་ལ་ཁ་གཡར་ནས་དོན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་ངག་ཏུ་  
བརྟེན་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་བསྐྱུས་པ་བརྟེན་པར་འདོད་དེ། ཡིད་ལ་བསམ་རྒྱུའི་  
དོན་དེ་ངག་ཏུ་བརྟེན་རྒྱུའི་དོན་དེ་ལ་བསྐྱུས་ནས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་  
པ་ལ་དབྱེ་བ་བཞི་གསུངས་པའི་དང་པོའི་སྒྱུའི་བསྐྱུས་བརྟེན་ནི། ལུང་བ་རང་



ཉིད་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན། བསྐྱ་རྒྱས་པ་ལ་སྦྱར་ནས་སྤང་ཅི་འབྱུངས་  
 བས་དྲི་ཞེས་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་མེ་དྲོག་ཁ་མ་བྱེས་པར་མཆུ་སྦྱར་པ་ལ་ལྟོས་  
 ཞེས་ཡིད་ལ་བསམ་ཆུང་དོན་ཆགས་ལྡན་གང་དག་བྱུང་མེད་དར་མ་བརྟེན་  
 འོས་ལ། དགའ་བའི་ཅེ་དགས་བཅིངས་པ་དག་གིས་བུ་མོ་གཞོན་ལུ་བརྟུང་  
 ཡིན་ནམ་མཁན། སྦྱང་ཆུང་མ་བརྟེན་བྱའི་ན་ཚོད་དུ་མ་སྦྱར་པ་འགའ་ཞིག་  
 དག་ལ་ཡང་། ཅུ་སྤྱོད་སྒྲུབ་འདོད་པ་ཡི་རྣམ་འབྱུར་འཕེལ་བ་སྟོན་པར་བྱེད་  
 པ་དེ་ཉིད་བྱང་བ་དང་བསྐྱའི་བརྟོད་དོན་ལ་བརྟུས་ནས་བརྟོད་པ་སྟེ། འདི་  
 ལ་སྦྱིའི་བརྟུས་བརྟོད་ཅེས་སྦྱིར་བརྟུས་བརྟོད་བརྟོད་ཚུལ་གྱི་དཔེ། །དེ་དང་  
 མཆུངས་པར་བཀ་ཆེན་སྦྱི་ཏི་རྩྭ་ན་བོད་ཡུལ་ཁམས་དྲན་ཐང་དུ་མི་བྲིས་ཞིག་  
 གི་ཁོལ་བོའི་ཚབ་དུ་བཞུགས་སྐབས་དེར་ལོ་རྩེ་བ་འགས་མཛོན་པ་མཛོད་  
 བགད་པའི་ཆོག་དང་དོན་མ་དག་པ་མཐོང་ཞིང་བདག་ཉིད་ལྟ་བུའི་མཁས་  
 པ་ཆེན་པོ་ཡོད་བཞིན་སྤྱིས་ཀྱང་མ་གཤེས་པར་སྤངས་ནས་གཞན་ལ་མཁས་པར་  
 འཛིན་པ་འདི་འདྲ་མཚར་སྟམ་དུ། རི་བོང་འཛིན་པ་རྒྱ་སྒྲར་བྱེད་བཅན། །  
 མཚན་མོ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བརྒྱམ་སྤངས་ནས། །དྲངས་པའི་རྒྱ་ནང་འདི་ན་ལྷ་བ་  
 ཞེས། །དབྱིབས་ལ་མཚན་མར་འཛིན་པ་བྱིས་པའི་སྟོ། །ཞེས་པའི་ཆོགས་  
 བཅད་འདི་མི་བྲིས་དེའི་སྒྲིའི་ཡ་ཐེམ་གྱི་ཀླད་དུ་བཞོད་པ་གཞན་སྤྱིས་མ་གཤེས་  
 ཀྱང་ལོ་རྩེ་བ་ཞིག་གིས་མཐོང་ནས་དེ་སྤྱིས་བྱིས་རྩད་བཅད་པ་ལས་པཀ་ཆེན་  
 རོ་གཤེས་ནས་འགྲོ་དོན་ཅི་རིགས་བྱུང་ཞེས་གྲགས་སོ། །གཞན་ཡང་དེའི་དབྱེ་

སྒོ་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་ཀའི་ངོ་བོ་ཙམ་ཞིག་ཐ་དད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་  
པར་གྱི་ཆོས་བརྗོད་པ་རྣམས་རྣམ་པ་མཚུངས་པ་འདྲ་ཡོད་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
བྱུང་པར་གྱི་ཆོས་འགའ་ཞིག་ཐ་དད་ཅིང་། འགའ་ཞིག་ཐ་དད་མིན་པ་གཉིས་  
ཀ་ལྟན་པ་དང་། བསྐྱུས་བརྗོད་འདི་ནི་སྣ་མ་གསུམ་ལས་གཞན་པ་སྣོན་མེད་  
བསྐྱུས་བརྗོད་ཅིས་བྱ་བ་དག་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་དག་གི་དཔེ་  
བརྗོད་རིམ་པ་ལྟར་བསྟན་པ་ལས། དང་པོ། བྱུང་ག་ཞི་ཐ་དད་བྱུང་ཆོས་  
གཅིག་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད་ནི། བསམ་དོན་རྒྱལ་པོ་དང་བརྗོད་དོན་སྣོན་ཤིང་  
བཟང་པོ་གཉིས་དག་གཅིག་གི་དོན་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་བརྗོད་པ། གང་ཞིག་རྩ་བ་  
བརྟན་པར་གྱུར་ལ་འབྲས་སུའི་ཁུར་གྱིས་ནི་སྒོར་བརྣམས་དྲག་ཏུ་དགའ་བ་  
རྒྱས་པར་བྱེད་ཅིང་། གྲིབ་མ་ལ་བར་སིང་མེད་པའི་སྐྱུག་པའམ་སྐྱུམ་པའི་  
སྣོན་པ་ཆེན་པོ་འདི་ནི་བདག་གིས་ཡང་དག་ཐོབ་པོ་ཞེས། རྒྱལ་པོ་ལ་ཆོས་  
སྤྱི་ཀྱི་རྩ་བ་བརྟན་ཞེས། སུན་སྐྱུམ་ཆོག་པའི་འཕྲོར་བ་དག་གི་འབྲས་  
སུའི་ཁུར་གྱིས་སྒོར་བརྣམས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དམ་པའི་གྲིབ་བསེལ་སྐྱུམ་པོ་  
ལྟན་པའི་ཞེས། རྩ་བ་འབྲས་སུ་གྲིབ་བསེལ་གསུམ་སྣོན་ཤིང་དུ་མ་བྱུང་།  
རྒྱལ་པོའི་ཆོས་སྤྱང་སྒྱུ་མོར་བཞག་ཆོག་པས་བྱུང་ཆོས་གཉིས་ཀར་སྒྱུ་དེ་  
སུན་མོར་དུ་འཇུག་པས་བྱུང་ཆོས་ཐ་དད་མིན་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་ཆོས་  
ཐ་དད་དང་ཐ་དད་མིན་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད་ནི། གང་གི་ཡལ་གའི་བྱོན་ནི་མི་  
རྒྱུད་བར་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་སུ་སུན་སྐྱུམ་ཆོག་པའི་གྱུར་པ་གང་

ཞིག །མཚོག་རྩ་བཟང་བའི་དམ་པའི་གྲིབ་བསིལ་དང་། གཞན་གྱིས་བསྐྱོད་  
 བར་མི་རྒྱས་པའི་བརྟན་པ་དང་ལྡན་པའི་ལྷོན་གྱིང་ཆེན་པོ་འདི་བདག་གི་སྒྲུལ་  
 བས་ཆེད་པར་གྱུར་རྟོ། །ཞེས་པ་འདིར་ཡལ་ག་དང་མེ་རྟོག་འབྲས་ལུ་གསུམ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་སྒྲུ་དེ་དག་དངོས་སུ་འཇུག་པ་མེད་པས་ཆོས་འདི་དག་ལྷོན་གྱིང་  
 གི་ཡིན་ཡང་། འདིས་མཚོན་དོན་ཡལ་ག་ལྟར་གཉེན་གྱི་རྩ་ལག་གམ། ལྷོན་  
 པོའི་ཚོགས་དང་མངའ་ཐང་གི་བྱུང་རྒྱུ་ཆེ་བ་དང་། མེ་རྟོག་ལྟ་བུར་མཛེས་པ་  
 དང་འབྱོར་བ་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། སྡེ་བཞིའི་འབྲས་ལུ་ལྡན་པ་ཞེས་སོ། །  
 འདི་ལ་འབྲས་ལུ་ཐུན་མོང་གི་སྒྲུར་རུང་བ་གོང་བཤད་ལྟར་ཡིན་ཡང་། ཡལ་  
 ག་དང་མེ་རྟོག་གི་རྒྱས་དངས་པའི་ཆེ་གྱིང་འབྲས་འབའ་ཞིག་ལ་གོ་གས་ཆེའོ། །  
 བརྟན་ལྡན་དང་དམ་པའི་གྲིབ་བསིལ་ནི་གཉིས་ཀར་ཡང་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་  
 ཆོག་པས་བྱུང་ཆོས་ཐ་དད་མིན་པའམ་ཐུན་མོང་པའོ། །དེ་ལྟར་ཚོགས་བཅད་  
 གྲུ་མྱེ་གཉིས་ཀ་ལ་འང་བསམ་རྒྱུའི་དོན། རྒྱལ་པོ་འམ་སྒྲེས་ལུ་མཚོག་འབའ་  
 ཞིག་གྱིང་ལྷོན་པ་ཉིད་གྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱགས་པ་ཡིན་ལ། དེར་བརྟེན་པའི་  
 བྱུང་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཚོགས་བཅད་སྒྲུ་མ་ལ་བསམ་དོན་བརྟེན་དོན་གྱི་  
 བྱུང་གཞི་གཉིས་ཀར་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་པ་དང་། གཞན་སྒྲེས་ལ་ཐུན་མོང་  
 ཡིན་མིན་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་རོ། །སྒྲོན་མེད་བསྐྱས་བརྟེན་ནི། རྒྱལ་པོ་  
 པ་འགོགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། རང་བཞིན་ནམ་གཤིས་གྱིས་ནི་མངར་པའི་  
 གཞི་རུ་གྱུར་པ། གྱེ་མ་རྒྱུ་ཡི་གཏེར་འདི་ལྟ་བུ་ནི་འཛིག་པའི་དུས་ཚོད་ལ་བབ་

པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱམ་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་བསམ་དོན་སྒྲིམ་བྱ་དམ་  
པ་སྒྲུབ་པར་འགྲོགས་པ་དང་བྲལ་བ། གཤིས་འཇམ་པ་ཞིག་འདེལ་བར་  
འགྱུར་བ་དེ་འདི་འདྲའི་ཚུགས་རམ་ཀྱུ་མཆོའི་དཔེས་བསྟན་པའོ། །

དེ་ཡང་བྱུ་ལ། ཞེས་པ་སྐྱལ་དང་ཁྱོས་པའི་མི་ལ་འཇུག་པས་རེས་འགར་དག་  
ཡི་མིར་དུ་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་དཔེ་ལ་ལར་དུལ་ཞེས་གྲང་འབྱུང་། གཞན་ཡང་གང་  
གི་སྐྱེ་དེ་སྤང་ཆེན་སྒྲོན་པ་དང་གཟིག་སོགས་ལ་འདེལ་བར་བཤད། དོན་  
བསྟན་བྱུ་ལ་ཞེས་པ་སྐྱལ་དང་སྒྲུབ་པ་མི་སྐྱེན་པ་ལ་འཇུག་པས་བོད་སྐད་  
དུ་སྐྱལ་བར་ཞེས་སྐྱེ་བསྐྱུས་པའོ། །མ་རྒྱ་ར་ཞེས་པ་མཛའ་བོ་དང་རོ་མངར་  
བ་སོགས་ལ་འཇུག །ལྷ་ཤ་ཡ་ཚུགས་ཤིང་། རྒྱ་མཆོག་དང་འབྲེལ་པའི་ས་  
གཞི་རྒྱ་མཆོའི་ཚུ་དང་བཅས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །འགྱུར་སྐྱེ་མ་རྒྱམས་  
སུ་མངར་བའི་ནང་ཞེས་བྱས་པ་ལྟར་ན་རྒྱ་མཆོའི་དང་སྒྲིམ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ལ་  
གོ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་དོན་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱད་དང་འགྲོགས་པས་སྐྱལ་དང་  
བཅས་པ་དང་བ་མྱེ་ཚུར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། སྐྱལ་མེད་པ་དང་མངར་བ་ཞིག་སྒྲོན་  
ཆད་མེད་མོད། འདིར་བསྟན་སྐྱལ་མེད་མངར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་བརྗོད་པ་ལ་ནི་  
དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡི་སྒྲིམ་བྱའི་ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་པ་དང་། རོ་མི་ཞེས་པ་ལྟ་  
བྱའི་མཛའ་བར་མི་རུང་བའི་གཤིས་ངན་གཉིས་ལས་ལྷོག་པ་དེ་ཉིད་གསལ་  
བར་བྱེད་ཅིང་། སྐྱེ་མའི་ཞེས་རྒྱ་མཆོའི་ཆོས་ནི་དག་དེས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར།  
འདི་ནི་སྒྲོན་མེད་བསྐྱུས་པར་བརྗོད་དོ། །འདི་དང་ཚུལ་འདྲ་བར་བརྗོད་ན།

ས་གསུམ་མུན་པ་གཅིག་ཅར་འཛོམས་རྒྱས་པའི། ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་བདུད་  
 ཅིའི་ཟེར་ཟེང་ཅན། །བཏྲ་བས་མི་ངོམས་མིག་གི་དགའ་སྟོན་མཚོག། དུས་  
 གྱིད་བདག་གིས་སྒྲར་ཡང་འཆར་བར་འགྱུར། །འདྲིའི་བསམ་དོན་རྒྱལ་བ་བྱམས་  
 པ་མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་འབྱོན་པར་འགྱུར་བ་བརྟུང་པའོ། །ས་གསུམ་མུན་  
 པ་གཅིག་ཅར་འཛོམས་པ་དང་། བདུད་ཅིའི་འོད་ཟེར་དང་། མིག་གིས་དགའ་  
 སྟོན་བཏྲ་བས་མི་ངོམས་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཉི་མ་ཞིག་སྒར་མེད་དེ། ཉི་མ་  
 གླིང་བཞིར་རིམ་པར་འཁོར་བས་གླིང་བཞིའི་མུན་པ་རིམ་གྱིས་སེལ་བ་ཅམ་  
 དང་། ཚ་གདུང་གི་རེག་བྱ་ཅན་སྟོན་རྒྱ་མཚོ་ལས་བྱུང་བའི་དུག་རྣམས་གྱི་  
 བཅུད་བསྐྱས་པ་ཉི་མར་བསྐྱེམ་ཞེས་བཤད་པས་བདུད་ཅིའི་འོད་ཟེར་ཅན་  
 མིན་པ་དང་། མིག་གིས་བཏྲ་བར་མི་བཟོད་པས་ན་ལྟ་བུའི་ངོམས་པ་མེད་  
 པའི་མིག་གི་དགའ་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་མོད་གྱི། རྗེ་བཅུན་བྱམས་པ་ལ་  
 བེ་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟ་བུ་མངའ་བའི་ཕྱིར་སྟོན་མེད་གྱི་ཉི་མ་ཡིན་ལ། སྒྲར་ཡང་  
 འཆར་ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་སྟོན་དེ་ལྟ་བུ་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཤར་བའི་སྟོན་པ་  
 ཉི་མའི་གཉེན་སྐྱེས་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཡིན་པར་དོན་གྱིས་ཤེས་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཞར་བྱུང་ཉམས་མཚར་དུ་བརྟུང་པའོ། །

བཅུ་གཅིག་པ་ལྷལ་བྱུང་གི་རྒྱུ་ལ། མཚན་ཉིད་གྱི་སྒྲོན་པ་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་  
 བ་དང་། དེའི་མཚན་གཞིའི་དབྱེ་བ་དབེས་བརྟུང་པ། བསྐྱེད་པའི་སྒྲོན་པ་  
 མཐུག་བསྐྱས་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ། བརྟུང་བྱ་དེ་ཆེས་འཕགས་པའི་

ཁྱད་པར་གྱི་ནི་བརྗོད་འདོད་གང་གིས་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་  
མཚམས་ལས་བཞུལ་བར་གྱུར་པ་ཡི་རག་སྒྲིབ་ཚུལ་རྒྱབས་ཆེ་ཞིང་མཛེས་པ་  
དེ་ནི། སུལ་བྱ་བྱུང་བར་བརྗོད་པ་འདི་ཆོག་གི་རྒྱན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
མཚན་གཞིའི་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་ན། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་བཞི་བཤད་པའི་དང་པོ། ཁྱད་འཕགས་  
སུལ་བྱུང་ནི། མེ་ཏོག་གི་བྱེ་བྲག་གིན་ཏུ་དཀར་པ་མཁྱི་ཀ་ཡི་སྒྲེང་བ་བྱ་མའི་  
ཆོག་གིས་བརྒྱན་པ་ཅན། ལུས་ཀུན་ལ་བྱབ་པའི་ཅན་དཀར་པོའི་འདེ་  
གུས་བྱགས་པའི་གཤེར་རམ་རྒྱན་བག་དང་ལྡན་ཞིང་། གང་གི་ལུས་ལ་ཀ་  
གི་ཀའི་རས་སོགས་མདོག་དཀར་པོའི་ཤོས་བཤོས་པ་ཅན་མཚན་མའི་དུས་  
ལ་སྒྲིས་པ་དང་དུས་བཏབ་ནས་མདོན་བར་འགོ་མ་དེ་ནི། ལྷ་འོད་ཀྱི་ནང་དུ་  
རྒྱ་བའི་ཆེན་ལྷ་བའི་འོད་ལ་འདི་ལྷ་འོད་དང་། འདི་མདོན་འགོ་མ་ཞེས་སོ་  
སོར་མཚན་བའམ་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་ལྟར་གྱུར་  
ཏོ། །ཞེས་སམ། ལྷ་མ་དག་གིས་ལྷ་བའི་འོད་ཀྱིས་འགྲན་མ་ཡིན་ཞེས་བྱེད་  
རྒྱར་བྱས་པ་དཔེ་རྒྱན་དུ་སྦྲང་ལ། ལྷ་བའི་འོད་ལ་འགྲན་མ་ཡིན། ཞེས་  
བྱས་པ་དཔེ་ལས་ཀྱང་དམན་པར་སྦྲང་བས་སུལ་བྱུང་མིན་ཞེས་མཁས་པ་སྣ་  
མ་དག་གིས་གསུངས། དེས་ན་དཀར་པོའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་འཕགས་བརྗོད་  
འདོད་ཀྱིས་ལྷ་འོད་དང་སོ་སོར་འབྱེད་མི་ལུས་སྒྲིབ་དུ་བརྗོད་པ་འདི་འཛིག་  
རྟེན་ན་དངོས་སུ་དེ་འདྲ་མི་སྤྲིད་པས། ཏུ་ཅང་ཡང་ཆོག་རྒྱབས་ཆེན་པོས་དཀར་

བ་སྤུལ་དུ་བྱུང་བར་བརྟེན་པས་བྱུང་འཕགས་སྤུལ་བྱུང་ཞེས་སྒྲིབ་བརྟེན་པའོ། །  
 འདིར་མངོན་འགྲོ་མ་ཞེས་པ། སྒྲིམ་པ་དང་དུས་བདེ་ནས་འགྲོ་བའི་བྱུང་  
 མེད་གྱི་མིང་ཡིན་པར་འཆི་མེད་མངོན་ལས་བཤད་པ་ལྟར་བྱུང་མེད་གྱི་བྱེ་བྲག་  
 དེའི་མིང་ཡིན་པར་གོ་དགོས་གྱི། སྒྲ་མ་པལ་མོ་ཆེས་མཚན་མོར་རྒྱ་ཁིང་མངོན་  
 བར་འགྲོ་མ་ཞེས་སྒྲི་ཅམ་དུ་སྒྲས་པ་ནི་སྒོ་ཅུང་ཞིག་ཅིང་བས་མངོན་བརྟེན་གྱི་  
 དོན་མཆོག་ས་པའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲ་བའི་འོད་ནི་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་དཀར་བའི་  
 ཡོན་ཏན་ཆེས་ལྷག་པ་ཉིད་དང་། སོ་སོར་མཚོན་མི་རྣམས་པར་བརྟེན་པས་  
 མངོས་པའི་ལུས་དཀར་བ་བྱུང་བར་འཕགས་པ་དང་ལྷན་པ་བརྟེན་པ་ཡིན་  
 ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་སྤུལ་བྱུང་ལ་སོགས་ཀྱང་གསལ་ཕྱིར་དཔེ་ཅུང་ཟད་  
 བཟློན་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ནས། ཐེ་ཆོམ་སྤུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་ལ་ནང་གསེས་  
 སྤུལ་ངེས་པའི་སྤུལ་བྱུང་དང་། ངེས་པའི་སྤུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་གཉིས་ལས། དགའ་  
 མ་ཁྱོད་གྱི་རུ་མ་དང་། དབྱི་ཡི་བར་ན་རྟེན་པ་ནི། ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་ཡུན་  
 རིང་དུ་བལྟས་ཀྱང་བདག་གི་ནི། དེ་ཡོད་མེད་གྱི་ཐེ་ཆོམ་ད་དུང་བསྒྲིག་པར་  
 ཡང་མ་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་འཛིག་རྟེན་ན་དེ་འདྲའི་ཐེ་ཆོམ་དངོས་གནས་པ་སྒྲེ་མི་  
 སྟོན་ཀྱང་། དགའ་མའི་རྟེན་པ་ཉ་ཅང་སྤྱི་བའི་ངོ་མཚར་བརྟེན་འདོད་གྱིས་  
 ཐེ་ཆོམ་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་སྐད་དུ་འདྲ་བའོ། །འདི་ལ་དཔེ་བརྟེན་གཞན་ཡང་  
 འདི་ལྟར། ལེགས་བཤད་གཅིག་གིས་སྒོ་ལྷན་ཆེས་མང་པོའི། ཐེ་ཆོམ་བཀྲོལ་  
 སྤྱད་བྱེད་ལ་དེ་སྟེད་གྱི། སྒོ་གྲོས་དུ་མ་གཅིག་ཅར་མངའ་འཕམ་མིན། །ད་དུང་

བདག་སློ་སྐྱེ་ཉིའི་བྱ་བས་བཟུང་། །ཞེས་པ་འདྲེན་། ཐེ་ཆོམ་སུལ་བྱུང་གི་བྱེ་  
བྲག་ངེས་པའི་སུལ་བྱུང་ནི། བྱི་ཏ་སྤྱི་ནི་ཞེས་པ་ཆོང་ར་རྒྱས་མ་ཡིན་པས། དེ་  
ལ་བོས་ནས་ཁྱོད་ལ་ནི་རྟེན་པ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་རྒྱས་ཏེ། ཅིའི་ཐྱིར་ན་འོ་  
མ་འཛིན་པ་རྒྱ་མའི་ཁུར་ལྷི་བ་འདི་ཆོང་ར་ཡི་སྟེང་འདི་རུག་ནས་པ་འདི་ལྟ་  
སུན་མ་པ་གཞན་དུ་རྟེན་པ་མེད་ན་དེ་ལྟར་སྤྱད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་རྟེན་པ་  
ཡོད་པ་གཏུག་ཆོག་གིས་བསྐྱབ་དགོས་པ་མི་སྤྱད་མོད་ཀྱི། རྟེན་པ་ཡོད་པར་  
ངེས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དབྱུང་པ་དེས་ཀྱང་མཛོན་སུམ་གྱིས་རྟེན་པ་ཡོད་མེད་མ་  
ཤེས་པས་ཐེ་ཆོམ་སྟོན་དུ་བྱུང་བེན་ལྟ་སུར་བྱག་ས་གྱིས་སྟོན་པས་ཏུ་ཅང་རྟེན་  
པ་སྤྱ་བར་བརྟེན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། ཁྱེད་གསུང་སློ་ལྟན་སོ་སོའི་སློར་འཐད་  
ཀྱང་། །དག་གི་རྣམ་རིག་ཀྱང་ནས་སློང་བ་ཡི། །རྟོག་གཞིས་གཅིག་ཅུང་འཇུག་  
པ་མི་རིགས་པས། །སློ་མཆོག་གཅིག་གི་རྒྱུན་གྱིས་བསྟན་པར་ཤེས། །ཞེས་  
པ་ལྟ་སུའོ། །གྲགས་པ་སུལ་བྱུང་ནི། སྟེས་སུ་ཁྱོད་གྱི་སྟན་པར་གྲགས་པའི་  
སུང་པོ་ནི་ཆོད་འདི་ཅམ་མོ་ཞེས་དཔག་རྒྱས་པ་མིན་ཡང་། འཛིག་རྟེན་འདིར་  
ཤོང་བ་ན། ས་སྟོང་ཞེས་བོས་ནས་ས་འོག་ས་སྟེང་ས་སྒྲའི་འཛིག་རྟེན་ནམ་  
སྤྱད་པ་གསུམ་གྱི་ནི་ཁོངས་དག་ཨེ་མ་གྱིན་ཏུ་ཡངས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་སུ་  
གྲགས་པ་ལ་མི་ཤོང་བའི་དོགས་པ་འཛིག་རྟེན་ན་མེད་ཀྱང་། གྲགས་པ་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་ཁྱེད་དུ་འཕགས་པ་བརྟེན་པར་འདོད་པས་འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་གནས་  
ཁྱོན་ཡངས་པའི་ཆོད་གྱིས་གྲགས་པ་སྐྱབ་པའི་ཆོག་ཉམས་སུལ་དུ་བྱུང་བའོ། །



གྲགས་པ་ལ་སྐྱར་བ་དེ་བཞིན་སྒྲོ་གྲོས་དང་མང་ཐོས་དང་དཔའ་བ་དང་མཛེས་  
པ་དང་། འབྱོར་བ་སོགས་བརྗོད་བྱ་གང་ཡང་རུང་བའི་བྱད་འཕགས་ཀྱི་དོན་  
འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཚོད་ལས་བསྐལ་བའི་སྤུལ་བྱུང་གི་ཉམས་ཀྱིས་བརྗོད་ཚུལ་  
མཁས་ན་ཆོག་དེས་སྒྲོ་ལྟ་ན་ཉམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་པར་རུས་སོ། །

གསུམ་པ་སྒྲན་དག་སྐྱར་བ་ལ། མཁས་པ་དག་གི་དབང་པོས་བསྐྲགས་བརྗོད་  
ཀྱིས་མཚོད་པར་གྱུར་བ་སྤུལ་བྱུང་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་གིས་བརྗོད་པ་འདི། རྒྱན་  
ནི་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་འདི་གཅིག་སྤྱད་སྤང་གཉེན་ནམ། གཅིག་སྤྱར་གྱུར་  
པའི་དཔུང་གཉེན་ནམ། དཔུང་གཉེན་གཅིག་སྤྱར་གྱུར་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་དོ་  
ཞེས། དཔེ་རྒྱན་སོགས་རྒྱན་གཞན་ལའང་སྤུལ་བྱུང་གི་ཉམས་འདྲེས་ན་ཆོས་  
མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་སོ། །བཅུ་གཉིས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལ། མཚན་  
ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དེའི་རོ་བོ་ངོས་གཟུང་། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་དཔེས་བསྐྲན་པ་  
གཉིས། དང་པོ། སེམས་དང་ལྟན་པ་དག་གམ། ཅིག་ཤོས་སེམས་མེད་ཀྱི་  
དངོས་པོ་གང་གི་རང་བཞིན་ནི། རྣམས་ཀྱི་དག་དོན་དེ་ལས་རྣམ་པ་གཞན་  
དུ་གནས་པ་ཡིན་ནའང་། དག་སྐྱུར་གང་དུ་རྣམ་པ་གཞན་དུ་བསྐྱུར་ནས་རབ་  
རྟོག་ཅིང་སེམས་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རབ་རྟོག་གམ་རབ་བརྟག་གི་རྒྱན་དག་  
རྟེན་གྱི་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་བསྐྲན་  
པའོ། །གཉིས་པ་རབ་རྟོག་དེ་ཡི་རྒྱན་ཀྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་གསུངས་པའི་དང་པོ་  
སེམས་ལྟན་རབ་རྟོག་ནི། ཉིན་གུང་གི་དུས་སུ་ཉི་མས་གིན་རྟེན་གུང་བ་ཡི་

གྲུང་པོ་ཆེ་དག་ནི་རིང་ས་སྟབས་ཀྱིས་མཚོར་འཇུག་པ་དེ་ཉིད་ནི་མ་ལ་འཁོན་  
ལན་གྲུན་པར་མ་རྟུས་པས། ཉི་མའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པའི་བདུ་ནམས་གཞིམ་  
པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་མོ། །ཞེས་པ་འདིར་མཚོ་ལ་བྱུས་བྱེད་པ་དང་།  
ཆུ་བརྟུང་བ་དང་བདུ་འི་ཆུ་བ་དག་བཟའ་བའི་བྱིར་ལག་པ་ལྟན་པ་སྟེ། གྲུང་  
པོ་ཆོད་པས་ཉེན་བ་དག་ཆུར་འཇུག་པ་ནི་སེམས་ལྟན་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་  
པོའོ། །ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་པ་གཞན་དུ་གནས་པའི་ཚུལ་དེ་ནི་ཉི་མ་ལ་འཁོན་  
ལན་གྲུན་བྱིར་ཞེས་སྟན་པལ་མཁན་གྱི་བསམ་པས་ནམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲོ་བརྟགས་  
པའམ་རབ་དུ་བརྟགས་ནས་བརྗོད་པའོ། །སེམས་མེད་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ནི།  
ཡུལ་ལ་འདི་ནི་མིག་བདག་གི་ཡོན་ཏན་དཀྱིས་རིང་བ་དག་འགོག་པའམ་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོ་བརྟུན་པའི་རྒྱན་ཞེས་པའི་ཟེལ་གྱིས་འདིར་ལྟགས་  
པ་ཞིག་གོ་ཞེས་བསམ་སྟེ། མངོས་མ་ཁྱོད་གྱི་མིག་གིས་ན་བ་ཡི་ཡུལ་དག་  
ལ་འགོངས་པ་སྟེ་གཞོན་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་འདྲའོ། །ཞེས་པ་འདིར་མངོས་མའི་  
མིག་ཟུར་གྱི་ཆར་ནི་ཡུལ་ལྟར་བར་གྱུར་པ་ལ་མིག་ཟུར་བལྟས་པ་རབ་  
བརྟགས་ཀྱིས་ཐོན་དུ་བྱས་ནས། མངོས་མ་མཚོག་འགའི་མིག་གི་འོད་དམ་  
བཀྲག་མདངས་ཀྱིས་ཡུལ་ལ་རེག་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཞིག་གསལ། དེ་ལྟར་མིན་  
ཡང་ཟུར་མིག་བལྟས་པ་དེ་སྤང་མིག་གི་ཚུལ་དུ་བཟུང་ནས་སྟན་པལ་མཁན་  
གྱིས་དེ་ལྟར་རབ་དུ་བརྟགས་ཏེ་བརྗོད་པའོ། །རབ་བརྟགས་བཞིན་སྒྲུ་ཅན་  
ནི། དབྱར་དུས་ཆར་སྒྲིན་འཁྲིགས་པའི་གཤམ་སྟུག་པོས་སྒྲེས་བུའི་ལུས་མ་

མཐོང་བ་དང་། རྒྱ་མཚོ་གྲིས་ནམ་མཁའ་ལ་བྱུང་བར་མཐོང་བ་ལ་མུན་པ་  
འདི་ནི་སྒྲེས་བུའི་ལུས་ལ་བྱུག་པ་བཞིན་ནོ། ། རྒྱ་མཁའ་འདི་ནི་མིག་སྒྲུབ་  
རྒྱ་པོའི་ཆར་བ་འབེབས་བཞིན་པའོ། ། ཞེས་པ་འདི་ཡང་ངོ་ཞེས་སེམས་མེད་  
རབ་རྟོག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་རབ་རྟོག་གི་མཚན་  
ཉིད་ལྟར་བ་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་ཕྱོ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ། ། དེ་ཡང་མུན་པ་བྱུག་ཏུ་  
མི་རུང་ཡང་ཚོན་སོགས་བྱུག་པའི་བྱ་བ་དེ་ལ་སྒྱུར་བ་དང་། ཆར་འབེབས་པ་  
དངོས་པོའི་བྱ་བ་དངོས་མེད་རྒྱ་མཁའ་ལ་བཀོད་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རབ་  
རྟོག་ཀྱང་ཟེར་ངོ། །

སྒྲུབས་འདིར་བཞིན་སྒྲུབ་ལས་འཕྲོས་པའི་དོགས་སྒྲུབ་གསུངས་པ། འདིར་ནི་  
བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་ལས་སྒྲུབ་རྒྱ་པོའི་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་འདི་འདྲའི་བཞིན་  
གྱི་སྒྲུབ་འདི། སྒྲུབ་གཞུང་གི་ཉིང་ཞེས་པ་ཡི་མཐའ་ཡིན་པ་ཡིས་དཔེ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་གྱི་གསུང་ལས་འདས་ནས་དཔེ་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་བ་སྒྲེབ་མཐོང་  
ངོ་ཞེས་པ། ཉིང་མཐའ་བཤད་པའི་ལུང་དང་འགའ་བཞིན་དཔེ་ཉིད་ཏུ་འདོད་  
པ་དེ་ཚུགས་སྒྲུབ་སྒྲོས་པའོ། ། ཉིང་མཐའ་ཞེས་པ་ཀུན་བཤད་གྱི་སྒྲེབ་གྱི་ནང་  
ཚན་ཏུ་སྒྱུར་པའི་སྒྲུབ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཚུ་བ་ལྟར་ན་ཉིང་མཐའ་ཞེས་གསུངས་  
པ་དེ་ཡིན་ལ། ཀལ་ལྟར་ན་ཉི་སོགས་བྱ་བའི་མཐའ་ཅན་ཉེ་དོན་དཔེ་དཔེ་  
ཅན་སྒྱུར་པའི་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲུབ་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པའི་མཁས་པ་  
དག་གིས་གསུངས་ཤིང་དངོས་སུ་གསལ་ཏེ། འབྲུག་པའི་སྐད་དོད། ལུ་སྒྲུབ་ཏུ་

ཡ་དང་། ཆར་འབབས་པའི་བརྒྱ་ཏྲི་བ་ཞེས་རྒྱ་དབེར་ཏྲི་མཐའ་ལ་ཨིས་  
དང་ཨིབ་སྐྱར་བ་དངོས་སུ་མཐོང་བས་སོ། །དཔེ་མ་ཡིན་པའི་བཞིན་རྒྱ་ཏྲི་  
མཐའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་ཐུར་བ་དཔེ་ཉིད་དང་མི་འདྲ་བ་དེའི་དོན་རིལ་བྱ་ཞེན། སྤྱིར་  
བཞིན་རྒྱ་ལ་དགའ་བཞིན་ཏུ་ལྟ། དབྱེས་བཞིན་ཏུ་བཞུགས། ཟ་བཞིན་ཏུ་  
འགོ་ཞེས་བ་ལ་སོགས་བ་ལྟ་བུ། དགའ་བ་དང་བལྟ་བ་སོགས་ཏུས་གཅིག་  
ཏུ་ཡོད་པས། དེའི་དབང་ཏུ་བྱས་ན་མཚུངས་སྒྲར་དོགས་པའང་མི་སྦྱེ་མོད།  
སྤྱེས་སུ་དེ་དག་གི་འདོད་བ་ལྟར་དཔེ་ཉིད་ཏུ་སྟོན་པའི་བཞིན་རྒྱ་ཡིན་ན་ཡང་  
དཔེ་རྒྱུན་ཡིན་པར་མི་འཐད་པར་བརྗོད་པ། དཔེ་དང་དབེར་བྱ་བའམ་དཔེ་  
ཅན་ཉིད་དག་ནི་ཕན་ཚུན་མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་སྟོས་དགོས་པས་ན། སྐབས་  
འདིར་བསྟན་གྱི་དཔེ་འབྱུག་པ་དང་ནི་དཔེར་བྱ་བ་མུན་པ་ལ་མཚུངས་པའི་  
ཆོས་འདི་མངོན་པར་གྱུར་ཏམ་ཅི་སྟེ་མཚུངས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འབྱུག་  
པ་ཉིད་མུན་པའི་མཚུངས་ཆོས་སུ་འདོད་ན། བྱུག་པའི་སྒྲོ་ནས་མཚུངས་པའི་  
ཆོས་གཞན་ཞིག་མུན་པ་དང་མཚུངས་པར་སྟོན་དགོས་ན་ཡང་། དེ་མེད་པར་  
འབྱུག་པ་བཞིན་སྟོས་པས་ན་མུན་པ་དང་འདྲ་རྒྱུའི་འབྱུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཞན་  
པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་པས་ན། སྤྱིར་འབྱུག་པ་དཔེ་དང་མུན་པ་དཔེ་ཅན་ཏུ་  
བྱས་པའི་དམ་བཅའ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བྱུག་པ་ཞེས་པའི་བྱ་  
ཆོག་དེ་ཉིད་མཚུངས་ཆོས་དང་། དེ་གང་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཅན་དཔེ་ཡི་རང་  
བཞིན་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བ་འདི་ལྟ་བུ་སེམས་མ་སྦྱོས་པ་ན་ལ་ཏུ་གནས་པ་སུས་

ཀྱང་འཆད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཚུངས་ཚོས་ནི་བྱད་པར་གྱི་ཚོས་དང་། ཚོས་  
 ཅན་ནི་བྱད་གཞི་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་མིང་སོ་སོའི་ལྷོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐ་དད་  
 ཏུ་མ་འབྱེད་གྱི་བར་དུ་ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་དུ་ནམ་ཡང་མི་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དཔེར་ན་གདོང་བསྐྱ་ལྟར་མཛེས་ཞེས་པ་འདིར་དཔེ་བསྐྱ། དཔེ་ཅན་གདོང་།  
 འདྲ་ཚོས་མཛེས་པ་གསུམ་མིང་གི་སྒྲོ་ནས་ཐ་དད་དུ་འཆར་དགོས་གྱི། དཔེར་  
 བྱ་རྒྱ་གདོང་དང་དཔེ་དང་མཚུངས་ཚོས་གཉིས་ཀ་མཛེས་པ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་  
 དེ། མཛེས་པ་མཚུངས་ཚོས་ཡིན་དུ་ལྷོག་ཀྱང་དེ་དཔེ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 བསྐྱ་མ་སྒྲུས་པར་གདོང་མཛེས་པ་ཞེས་སྒྲོས་ན་གདོང་མཛེས་པར་གོ་མོད།  
 འདྲ་ལུལ་མ་སྒྲོས་པར་དུ་འདྲ་པའི་དོན་སྟོན་པའི་བཞིན་སྒྲུབ་དོན་མེད་དོ། །  
 གདོང་མཛེས་བཞིན་པ་ཟེར་ན་ད་ལྟ་པའི་སྒྲུབ་འགྱུར་གྱི་མཚུངས་སྒྲུབ་མི་  
 འགྱུར་ལ། གདོང་ནི་མཛེས་པ་བཞིན་ལོ་ཞེས་མཛེས་པ་དཔེར་བྱས་ནས་མཚུངས་  
 སྒྲུབ་ན་གདོང་མཛེས་པ་ལ་མི་གོ་བར་མཛེས་པ་ཞེས་པའི་ཚོས་གཞན་ལ་  
 གོ་བར་འགྱུར་ཞིང་མཛེས་པ་མཚུངས་ཚོས་སྒྲུབ་མི་འགྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །དེར་  
 མ་ཟད་གལ་ཏེ་བྱེད་པ་ཡི་ཚོག་འབྱུག་པ་སོགས་དཔེ་ཡིན་ན། འབྱུག་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དངོས་ངོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ་ནས་བྱ་བའི་ཚོག་ལ་འདི་དབང་དང་བྲལ་བར་  
 འགྱུར་ཞིང་འབྱུག་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་འབྱུག་ཅེས་པའི་  
 སྒྲུབ་པར་གི་བརྗོད་བྱ་བྱུག་པའི་བྱ་བ་བསྒྲུབ་མི་ལུས་པ་དེ་ནི་ཚོས་གཞན་  
 གྱི་སྒྲོས་བྱར་སྒྲུབ་པའི་དཔེར་མི་འགྱུར་ཏེ། འབྱུག་པའི་སྒྲུས་འབྱུག་པའི་བྱ་

བཅི་སྟོན་ན་དེ་ཆོས་ཅིའི་མིང་ཡིན་པ་འང་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཡང་ལེགས་  
པར་མ་བརྟགས་པ་གང་གིས་འབྱུག་པ་འདི་དང་ནི་མུན་པ་དག་ལུས་གཡོགས་  
པའི་ཆ་ནས་དཔེ་དཔེ་ཅན་དུ་མཚུངས་ཞེས་སྒྲ་ན་ཡང་། གལ་ཏེ་མཚུངས་སུ་  
ཚུག་ན་ཡང་སྐབས་འདིར་ལུས་ལ་ཞེས་ལུས་འབྱུག་བྱའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་  
བརྟན་པའི་ལས་ཀྱི་སྒྲ་དངོས་སུ་ཡོད་པས་དེ་གཉིས་དཔེ་དཔེ་ཅན་དུ་མ་འབྲེལ་  
ཏེ། ལུས་དང་འབྱུག་པ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡང་དངོས་པོ་དང་བྱ་བ་ཞིག་གི་མིང་ཐ་  
དད་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ལ་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་ཅི་ཡོད་པོང་བཤད་བཞིན་  
བཟླ་བ་འཕམ་དབྱེད་པར་བྱོས་ཤིག། དཔེར་ན་ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བ་བཞིན་ཞེས་  
པས་མཛེས་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བཞིན་དཔེ་ཡིན་པར་འདོད་ན་མུན་  
པ་འདི་འབྱུག་པ་བཞིན་ཞེས་བརྗོད་པས་འདྲ་བ་གོ་དགོས་ན་ཡང་འབྱུག་པ་  
ཞེས་པ་འདི་ལ་ནི། ལུས་ལ་བྱུགས་པ་དེ་ཙམ་ལས་དོན་གཞན་འདྲ་བ་སོགས་  
རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་སྤྱིར་དཔེར་ན་ཆོན་ལུས་ལ་འབྱུག་གོ་ཟེར་ན། ལུག་  
པར་བྱ་རྒྱ་ཚོན། ལུག་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལུས། དེ་དེ་ལ་བྱུག་པའི་མིང་འབྱུག་  
ཅས་གོ་ཡི། དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་གོ་རྒྱུ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། འབྱུག་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་ནི་མུན་པ་བྱེད་པའི་ཆོག་དང་། ལུས་ཀྱང་ལས་སུ་བྱ་  
བ་ཉིད་དུ་སྒྲ་ཉི་བར་སྒྱུར་བའི་དོན་ཅན་དུ་སྒྲེས་སུ་སྟན་པལ་མན་པོ་ཡིས་མུན་  
པ་དངོས་སུ་ལུས་ལ་བྱུག་པ་མེད་ཀྱང་བྱུག་པར་རབ་ཏུ་བརྟགས་ནས་བརྗོད་  
པ་ཞེས་སུ་འདོད་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །ཞར་བྱང་རབ་བརྟག་གསལ་པར་

བྱེད་པའི་སྒྲུབ་ནི། སྒྲུབ་ཞེས་དང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་དོགས་ཞེས་དང་། དེ་ལྟར་  
ངེས་ཞེས་དང་། འདྲའོ་ཞེས་དང་། མིན་ནམ་ཞེས་དང་། ལ་སོགས་པའི་སྒྲུབ།  
ཅིའི་མ་ཡིན། ཇི་ལྟར་མིན། སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་འདི་ཡིས་རབ་བརྟག་གསལ་བར་  
བྱེད་ལ། བཞིན་གྱི་དེ་དང་འདྲའོ། །ཞེས་སོ། །

དེ་ལ་སྒྲུབས་འདིའི་དོན་ལ་ཚུང་ཟད་དབྱང་དགོས་པ་འདི་བྱུང་སྟེ། ད་ལྟར་  
བཞིན་སྒྲུབ་ཅན་བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་ནི་བཞིན་སྒྲུབ་མཚུངས་པ་གོ་བའི་དཔེ་བཟོད་  
བར་དོགས་པ་སྒྲེབ་མེད་ཀྱང་སྒྱུར་རབ་རྟོག་གི་སྒྲུབས་འདིར་དཔེ་གཞན་  
དང་འདྲ་བར་རབ་རྟུབ་རྟག་པ་ཞིག་ཀྱང་སྒྲུབ་སྟེ། དཔེར་ན། མེ་རྟོག་ཚོགས་  
རྣམས་དགའ་བས་འཇུག་པ་བཞིན། འབྲས་བཟང་སྟེ་མ་བུ་དྲ་དེ་བྱུག་འཚལ་  
མཚུངས། །ལྗོན་གྱིང་མེད་པ་ཆགས་པས་གཡོ་བྱེད་ཅིང་། །ལམ་ཚུན་ཡལ་ག་  
ལག་པས་འཐེན་པ་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འདིར་མེ་རྟོག་ལ་སེམས་ལྡན་དགའ་  
བས་འཇུག་པའི་ཚོས་མེད་ཀྱང་དེ་དང་འདྲའོ་ཞེས་སྒྲོ་བརྟགས་པའི་ཆ་ནས་  
དཔེར་བྱས་པ་ལྟ་བུར་སོང་བ་ཡོད་ཀྱང་དཔེ་རྒྱན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། མེ་རྟོག་གི་  
རྣམ་འགྱུར་ཉིད་སེམས་ལྡན་གྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་འདྲ་བར་སྒྲོ་བརྟགས་པའི་དོན་  
དུ་འདྲ་བ་དང་བཞིན་དང་མཚུངས་པ་སོགས་སྒྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །ལུན་པ་དང་  
བྱུག་པ་ལའང་ལུན་པ་ཉིད་ལུས་ལ་བྱུག་པར་བྱ་བཞིན་པར་གོ་ན་ད་ལྟ་བའི་  
དོན་ཅན་གྱི་བཞིན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཤད་པ་ལྟར་དང་། ལུན་པ་འདི་མིག་སྒྲན་ནག་  
པོས་བྱུགས་པ་བཞིན་དུ་ལུས་ལ་བྱུག་གོ་ཟེར་ན་མཚུངས་པའི་སྒྲུབ་འགྱུར་ཡང་

བྱའོག་དང་འབྲེལ་བ་འདི་དབེ་རྒྱུན་གྱི་དོན་དུ་མི་འཁྱུར་ཏེ། ལྷག་པ་དང་འདྲ་  
བར་སྒྲོ་བ་དྭགས་པ་ལྷགས་ཆེ་བའི་དག་ཡིན་གྱི། དབེར་བྱ་བ་གཙོ་བོར་བསྟན་  
པའི་དག་མ་ཡིན་པས་སོ། །གཞན་ཡང་བོད་སྐད་ལ་དོན་རིམ་བ་བཞིན་དུ་  
སྟོན། རི་སྐད་སྒྲས་པ་བཞིན་བྱེད། ཅེས་སོགས་ཆོག་སྒྲ་མ་དེའི་དོན་ལས་  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གྱུར་པ་དང་། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བཤད་ཅེས་སྒྲ་མའི་གོ་  
རིམ་དང་རྗེས་སྒྲ་མཐུན་པར་འཇུག་པ་དང་། རིམ་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་དེ་བཞིན་  
ནོ་ཞེས་པ་བརྗོད་བྱེད་ཡི་གནས་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བརྗོད་པ་དང་། གཞན་  
ཡང་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སོགས་ཀྱི་བཞིན་གྱི་སྒྲས་ཆོག་  
སྒྲ་མའི་དོན་ལས་གཞན་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བརྗོད་ཀྱི། ཆོས་གཉིས་  
མཚུངས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་སོགས་ཆོག་གི་སྒྲ་རིས་ཞིབ་དུ་འབྱེད་རྒྱ་འདུག་  
མོད། མདོ་ཙམ་ལས་མ་བྱིས་སོ། །

འདིའི་རྗེས་ཀྱི་རྒྱུན་གསུམ་ཐུན་མོང་དུ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོའི་རང་  
བཞིན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་ཡི་རྒྱུན་དག་  
ནི། དག་སྒྱུར་པའི་ཆོག་རྣམས་དག་གི་རྒྱུན་གྱི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
ནས། གཉིས་པ་སོ་སོའི་རང་བཞིན་བཤད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་དོན་  
རྒྱུན་སོ་ལཱ་འི་ནང་ནས། བཅུ་གསུམ་པ་རྒྱའི་རྒྱུན་ལ། རོ་བོ་བསྟན་པ་དང་།  
དེའི་ནང་གི་དབྱེ་བའི་དབེར་བརྗོད་པ་གཉིས། དང་པོ་རྒྱ་ཡི་རྒྱུན་ནི་བརྗོད་  
བྱའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྟེན་བྱེད་དམ། དེ་མེད་ན་མི་འཁྱུར་བའི་བྱེད་པོ་



གང་ཡིན་པ་ཤེས་པའམ། གོ་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་བརྗོད་པའི་དག་ཉིད་དེ་  
 ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ལས། དང་པོ། དེ་  
 དག་ནམ་པ་རྩ་མའོད་པ་དབར་བརྗོད་ན། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་  
 སྒྱི་རིགས་ནས་དངོས་པོའི་རྒྱ་དང་། དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། མཚར་བའི་རྒྱ་  
 ཞེས་པའི་རྣམ་གྲངས་གསུམ་རྩ་དབྱེ་ཞིང་། དངོས་པོའི་རྒྱ་ལ་ནང་གི་དབྱེ་བ་  
 རྩལ། དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ལྷ། མཚར་བའི་རྒྱ་ལ་ལྷ་སྟེ་ཕྱོག་བསྐྱམས་པས་  
 བརྩ་རྩལ་ལས། དང་པོ་རྒྱ་དངོས་པོར་གྱུར་པས་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་བསྐྱེད་  
 པའི་བྱེ་བྲག་ལའང་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། རྣམ་འགྱུར་ཀྱི་རྒྱ་དང་། འཕྲོ་བ་  
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བཞིར་བཤད་པའི་དང་པོ་འགྲུབ་པར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་ཡང་། རྒྱ་དངོས་པོས་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་འགྲུབ་པ་འོས་པའི་  
 རྒྱ་དང་། རྒྱ་དངོས་པོས་འབྲས་བུ་དངོས་མེད་འགྲུབ་པ་མི་འོས་པའི་རྒྱ་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ། རྒྱ་ཕྱོ་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུད་གིས་ནི་ཅན་གྱི་ཕྱོག་པ་གསར་  
 པ་ཡི་ཡལ་འདབ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་འདིས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་གྱི་དགའ་བ་  
 སྐྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་དགའ་བ་སྐྱོད་པར་འོས་པ་ཡི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་  
 དག་ཉེ་བར་སྐྱར་བའི་བརྗོད་པ་ལ་མཛེས་པའི་ཉམས་ཡོད་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱན་  
 གྱི་མིང་ཉིད་ཀྱིས་རབ་རྩ་བསྟན་ཏེ། འདི་ལས་ཕྱོག་པ་མི་འོས་པ་དག་ཀྱང་  
 དེ་དང་མཚུངས་ཏེ་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །མི་འོས་པ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་རྒྱན་ནི། མ་  
 ལ་ཡ་ཡི་རི་ལས་བབས་པའི་རྒྱ་རྒྱན་ལ་རེག་ཅིང་ཅན་གྱི་ནགས་བསྐྱོད་ནས་

འོང་བའི་རྒྱུ་འདི་མགོན་པོ་ལུང་མེད་དང་བྲལ་བ་རྣམས་དག་ནི། དབང་པོ་  
དང་ཚོག་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་གནས་སོ། །ཞེས་པ་རྒྱ་དེ་ལྟར་བྱུང་  
བའི་རྒྱུ་གིས་ནི། རྒྱ་པོ་ལུང་མེད་དང་འབྲལ་བའི་ཚོགས་ལ་གཏུང་བའི་རིམས་  
ནད་ཏུ་གྱུར་བ་ལས་བྱུང་བར་གྱུར་བ་གང་ཞིག འབྲས་སུ་རྒྱ་པོ་ཡུལ་ཡིད་ཏུ་  
འོང་བ་ལ་མེད་པ་དག་ཉམས་པ་ཉིད་ཏུ་རྒྱ་བ་པར་བྱེད་པར་བྱས་སོ། །ཉམས་  
པ་ནི་དངོས་མེད་ཡིན་པས་འབྲས་སུ་དངོས་མེད་བསྐྱེད་ཅིས་པཤད་དོ། །དེ་  
ལྟར་འགྲུབ་པར་བྱ་བ་གཉིས་པོའི་ཡུལ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། སྐར་འཆད་འགྱུར་  
རྣམ་པར་འགྱུར་བར་བྱ་བ་གསུམ་ལ་ནི་རྒྱའི་དངོས་པོའམ་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ་  
ལྟོས་པའི་རྒྱ་རྒྱན་ཉིད་ཡིན་པར་བརྟུན་དོ། །འོག་གི་འཕྲོ་བ་པའི་ལས་སུ་བྱ་  
བ་ལ་ནི། བལ་ཆེར་ནི་རྒྱ་དེའི་བྱ་བ་ལ་བལྟོས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཏུ་བརྟུན་དོ། །དེ་  
ལས་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་གཉིས་པོ་དག་བརྟན་ཟེན་ཏེ། དེའི་ལྷག་མ་རྣམ་  
འགྱུར་དང་ཕྱོད་པའི་རྒྱ་གཉིས་པོ་ཡི་དཔེར་བརྟུན་གཉིས་ནི་བཀོད་པར་བྱས་  
ནས། དེའི་རྗེས་སུ་གཞན་གཤམ་པར་བྱེད་པ་ཡི་རྒྱ་ཡང་བརྟན་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
པ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་དཔེར་བརྟུན་པ་ལས། རྣམ་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ནི་རྒྱ་མེད་ཤིང་ལས་  
ལོ་འདབ་གསར་ཏུ་འབྱུངས་པའི་ནགས་ཚལ་དང་། མེ་རྟོག་པ་ལྟ་འདབ་བརྒྱ་  
རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྗེས་སུ་དང་། རྒྱ་བ་རྒྱས་པ་དང་གསུམ་པོ་བརྒྱར་བྱར་བྱས་  
ནས་རྣམ་པར་འགྱུར་བྱེད་གྱི་རྒྱར་འདོད་པ་ཡིས་སྤེའི་དོར་བརྒྱར་ན། ལུང་མེད་  
དང་བྲལ་བའི་ཐག་རིང་གི་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་ཅི་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བར་བྱེད་ན།

ལྟ་བུའི་དུག་ཏུ་འགྱུར་ཞེས་པ། ལྟ་བུའི་མཐོང་བའི་དུག་ཅེས་མཐོང་ན་གཏུང་  
 བ་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས། དེ་ལྟར་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ནལ་  
 མ་དགའ་བ་སྐྱེད་འོས་དེ་དག་ནམ་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་བྱེད་པོ་འདོད་པའི་  
 རྒྱུ་ལས་སོ། །འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་གྲོང་ཆོས་ལ་མ་ཞུགས་པའི་ཡུང་ན་རྒྱུང་མ་  
 རྒྱུས་པ་གཞན་མེད་པའི་ཁེངས་པ་ཅན་འདི་གྲོང་ཆོས་ལ་རིམ་གྱིས་གོམས་  
 བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་རྒྱན་སྒྲོང་སྒྲོན་དུ་བཏང་བའི་བུ་མོ་ཞེས་གིས་དེའི་ཐབས་  
 རྒྱ་གོགས་མོ་ཡུང་ན་རྒྱུང་མ་དེ་རང་གི་མཛའ་བོའི་གནས་སམ་གན་དུ་བཀོད་  
 བས། བུ་མོ་དེས་དེ་གཉིས་ལ་སྒྲིན་མ་འབྲེག་ཅིང་མིག་ཡོན་པོར་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་  
 གྱིས་མཆུ་ནི་གཡོ་ཞིང་། བྱེད་གཉིས་མཛའ་བར་བྱོས་ཤིག་ཅེས་བདས་གོ་  
 བར་བྱས་ནས་ཡང་ཡང་ལྟ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཡུང་ན་རྒྱུང་མ་དེ་  
 རོ་ཆོད་དང་བལ་ནས་མཛའ་བོ་དང་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་རང་  
 གིས་འདི་བཞིན་བཤད་ན་ལེགས་པར་མཛོན་ནོ་སྒྲུལ་མོ། །ལྟ་བུའི་མཐོང་  
 དག་ན། དེ་སྔ་རང་གི་གོགས་པོ་ལ་ཁེངས་པ་བྱེད་མ་མྱོང་ཞིང་མི་ཤེས་པ་ཞེས་  
 གིས། ད་ནི་བདག་གིས་ཁེངས་པ་གོམས་པར་བྱའོ་ཞེས་རང་གི་གོགས་མོ་  
 ཞེས་རང་གི་མཛའ་བོའི་གནས་སྔ་བཀོད་དེ། མཛའ་བོ་ཡོན་པར་བཏགས་  
 པ་ལ་མི་གུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་མིག་ཡོན་པོར་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ལྟ་བར་བྱེད་  
 དོ། །དེས་ཅི་ཞེས་འཕྲོ་བ་ན་རང་གི་གོགས་པོས་འདིས་དེ་སྔ་རང་ལ་ཁེངས་  
 པ་བྱེད་མ་མྱོང་བས་ཁེངས་པ་གསལ་དུ་བསྐྱབ་པའོ་སྒྲུལ་དུ་གོགས་མོ་ལ་གཅེས་

པའི་སེམས་སྤྱུང་ནས་ཡུན་རིང་དུ་འགོགས་པ་ཐོབ་པོ་ཞེས་འཆད་ཀྱང་།  
ཁེངས་པའི་རྣམ་འཛུང་མི་ཤེས་པར་གསུང་དུ་གོམས་དགོས་མཐན་ཡང་དགོན་  
ལ། དེ་འདྲ་གོམས་པར་བྱེད་པ་མཛའ་བོས་མཐོང་ཆེ་ཁེངས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་  
འབད་པས་མཛའ་བོ་མི་དགའ་བར་རིགས་ཀྱི། དགའ་ནས་ཡུན་རིང་འགོགས་  
པ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་དུ་འཛུང་བར་འགལ་བས་འདི་འདྲ་ཅི་ཡིན་མ་འཆོལ་  
ལོ། །ཤོད་འགྲེལ་ཀུན་གྱི་ཐོག་མ་འཕགས་ཡུལ་པའི་གསུང་སྒྲོས་བསྐྱུས་ནས་  
བཀོད་པ་དབང་ལའི་འགྲེལ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བདག་གིས་ཀྱང་མཐོང་ལ།  
ཆོག་བརྒྱུད་པོ་མདོར་བསྐྱུས་ཀྱི་དོན་ཅན་ཞིག་འདུག་པས། དེའི་ཆོག་དོན་མ་  
འབྱེད་པར་བཤད་པ་རྒྱན་འབྲམས་སྤྱོད་པ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནོ་སྟུང་མོ། །ཤེས་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་གཉིས་ལས། ཕྱིའི་དུས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི། ཉི་མ་རྒྱ་ལྟོ་ཕྱགས་  
སྤྱུང་བར་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་བའི་རང་འོད་ཀྱིས་མཛེས་པ་དང་། འདབ་ཆགས་  
རྣམས་ཀྱང་སོ་སོའི་གནས་སྤྱོད་པོ་། ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྔོན་ལ་སོགས་པའི་  
དུས་ཀྱི་སྐབས་གོ་བ་བྱེད་པ་ཡི་རྒྱ་ཆོག་ཉམས་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །ནང་གི་དུས་  
སམ་གནས་སྐབས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི། གྱེ་གོགས་མོ་ཁྱེད་འདོད་པས་གཟེར་  
བའི་ཡིད་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཅིས་ཤེས་ན། འདི་ལྟར་རེག་བྱ་བ་སེལ་  
བ་ལྷ་བའི་ཟེར་གྱིས་མི་བསྒྲེག་ཅིང་། ཅན་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་ཀྱང་སེལ་བར་མི་བཟོད་  
པ་ཡི་ལུས་ཀྱི་དྲོད་འབར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ལེགས་པར་རྟོགས། ཞེས་པའི་སྒྱུར་བ་  
འདི་འདྲ་བ་རྣམས་ལ་ནི། བརྗོད་རྒྱལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཉམས་དང་ནང་གི་

ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་སམ་དེའི་དུས་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དག་ཏུ་མཚོན་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པ་དེ་འདྲ་ནང་གི་ཆགས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་  
 དེ་ལའང་ཡིད་འོང་གི་ཉམས་དང་ལྡན་པས་རྒྱ་རྒྱུ་དུ་མཚོན་ཞེས་པའོ། །  
 སྒྲུབ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ལ་མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་སྒྲུབ་ན། རྒྱུ་  
 རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་འམ་རང་བཞིན་ངོས་བརྒྱུད་པ་དེ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ།  
 རྒྱུ་གྱི་དབྱེ་པའི་དཔེ་བཟོན་རྣམས་མཚན་གཞིའི་དབྱེ་པའོ། །དེས་ན་མཚན་  
 གཞི་དེ་དག་གི་སྟེང་དུ་མཚོན་བྱ་རྒྱུ་དེ་དང་དེ་ཡིན་པ་མཚན་ཉིད་དེས་མཚོན་  
 པར་བྱེད་དེ། མཚན་གཞི་སྒྲུ་ཡི་སྟེང་དུ་མཚོན་བྱ་མི་ཉག་པ་མཚན་ཉིད་སྒྲུ་  
 ཅིག་མས་མཚོན་པ་བཞིན་ནོ། །མཚན་མཚོན་གཞི་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་  
 སྒྲུབ་དགོས་དེས་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་སྒྲུབ་ན་གོ་བོ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 ཞུ་བྱུང་དུ་སྒྲིམ་པའོ། །གཉིས་པ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་  
 ལྟར་བཟོན་པས་ནི་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཡི་དཔེ་བཟོན་འགའ་ཞིག་རབ་ཏུ་བསྟན་  
 པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ནས། དཔེ་བཟོན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལ་སྒྲིབ་རྒྱ་དངོས་  
 མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་ཡོད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་  
 བུ་དངོས་མེད་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་རྣམ་གྲངས་བཞི་ཡོད་པ་ལས།  
 ཐོག་མར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་ནི། རིག་པ་ཡི་གནས་རྣམས་ལ་མ་  
 གོ་མས་པ་དང་། གློ་ལྡན་བསྟན་བཅོས་མཁས་པ་རྣམས་དང་མ་འགྲོགས་པ་  
 དང་། མིག་སོགས་དབང་པོ་རྣམས་ནི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་མ་བསྟན་པས་མི་

ནམས་ནི་འགྲོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐལ་བས་རབ་ཏུ་གཏུང་བར་གྱུར་རྟོ། ། ཞེས་སྤྱིར་  
 དངོས་པོ་མེད་པས་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མི་བྱེད་ཅིང་། དངོས་  
 མེད་ནི་གང་གིས་བསྐྱེད་བྱའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པས་དངོས་མེད་ནམས་ལ་དབྱང་  
 ཅ་རྒྱ་འབྲས་དངོས་སྤྱུ་གྱུར་པ་མེད་མོད་ཀྱང་། མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་ཐ་སྟད་  
 གྱི་སྒོ་ནས་བརྗོད་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དངོས་མེད་གྱི་རྒྱས་དངོས་  
 པོར་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྟད་དེས་པར་  
 རུང་བྱིར་ཆོག་ཉམས་ཡིད་འཕྲོག་པ་དང་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། ། ཞིག་ནས་  
 མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི་འདོད་པ་ཉམས་སྤྱི་བྱེད་པའི་གཏམ་གྱིས་ཡིད་བློས་པ་ཡི་  
 གནས་སྐྱབས་སོང་བ་སྟེ་འདས་པའམ་ཞིག་པར་གྱུར་ཅིང་། ལང་ཆོ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཡི་ནི་ཆགས་སྟེད་མི་བཟད་པའི་དེམས་ནད་དག་ཀྱང་ཉམས་པར་གྱུར་རྟོ། །  
 ཆགས་སྟེད་དེ་དེ་ལས་བྱུང་པའི་འབྲས་བུ་ཚྭས་པའམ་ཚྭ་མེད་པ་བྱེད་ཅིང་རྒྱ་  
 ཡུལ་ལ་སྟེད་པའང་འཕྲོས་ཏེ་མི་གནས་པ་དེ་བྱིར་བསོད་ནམས་དགེ་པའི་  
 གནས་ལ་ཡིད་དག་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱས་སོ། ། རྩེར་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་དེ་དག་  
 ཞིག་ནས་མེད་པའི་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་བསོད་ནམས་གྱི་  
 གནས་ལ་ཡིད་འཇུག་པ་བསྐྱེད་པར་བྱས་པའོ། ། བཅ་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་  
 ནི། བགས་ཆལ་ཆང་ཆིང་འདི་དག་སྟོན་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྲོང་པའི་ཁྱིམ་  
 མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་གྲུང་གྱ་གྱུར་འབབ་ཅིང་སྒྲ་སྒྲོག་པ་འདི་དག་ཆགས་པའི་ཡུལ་  
 གྱི་དུག་ཅན་བུད་མེད་མིན་ནོ། ། རི་དྲགས་ཅེ་བློ་བྱེད་པ་འདི་དག་འཆིང་བྱེད་

ཀྱི་ཁྲ་ཆ་མིན་པ། དེ་ཕྱིར་ནགས་ཁྲོད་དཔེན་པར་གནས་པ་བདག་གི་ཡིད་  
དགའ་ཞེས་སོ། །སྤངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་ནི། སིན་ཏུ་མ་བརྟག་པར་གྱ་  
ཚོམས་སུ་འཇུག་པའི་སྡོད་པ་ངན་པ་ནི་འཕགས་པ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་  
ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་དཔེ་ཕྱིར་དམ་པ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འདི་དང་ཕྱི་མའི་དོན་ཐུན་སུ་མ་ཚོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་  
དངོས་མེད་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡི་རྒྱན་ནི། རྐྱེད་མོས་ཚལ་གྱིས་ཏཱ་ཀཱ་ར་སྟེ། ཨ་  
མའི་ཤིང་རྣམས་ལ་སྟེ་མ་མ་འཁྲུངས་པ་མིན་ན་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་མེད་  
ནི། ཉིལ་དང་བཅས་པའི་ཁྲོར་ཆུ་སྦྱིན་བྱར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཨ་མའི་ཤིང་གི་  
སྟེ་མ་མཐོང་ན་སྤྱད་མེད་རྣམས་འདོད་པས་བརྒྱལ་ཞིང་བྱན་པ་ཉམས་པས་  
ཉིལ་དང་བཅས་པའི་ཆུ་བཞིལ་ཁྲོར་བར་བརྟག་པས་འཐོར་བྱར་འགྱུར་མོད་  
ཀྱི། སྟེ་མ་མ་འཁྲུངས་པས་ཉིལ་བཅས་ཁྲོར་ཆུ་སྦྱིན་པར་ཡང་མ་གྱུར་པ་དག་  
རྒྱ་འབྲས་སུ་བརྗོད་པའོ། །འདི་ལ་གཞན་དག་སྟེ་མ་མ་འཁྲུངས་པ་མིན་ཞེས་  
དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་གོ་ནས་འཁྲུངས་པ་དེས་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
སྤྱད་མེད་ཆགས་གདུང་གིས་ཤི་སྟེ། རྒྱ་གར་བའི་ཡུལ་ཚོས་ཀྱིས་གཤིན་པོ་  
ལ་དགོ་ཅུ་ཐོབ་ཕྱིར་བྲམ་ཟེ་གཙང་མ་ཞིག་གིས་ཉིལ་དང་བཅས་པའི་ཁྲོར་ཆུ་  
སྦྱིན་ཅིང་བསྡོར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་ནི་དགག་ཚིག་གི་དབང་གིས་དངོས་མེད་  
དང་། འབྲས་བུ་གི་བ་སྟོག་འགག་པའི་དངོས་མེད་ཡིན་ཞེས་འབྲེལ་བ་གཞན་

ལས་གསུངས་ཀྱང་། དགག་ཆོག་ཡོད་ཀྱང་འབྲས་སུ་འབྲུངས་པའི་དོན་དུ་  
སོང་ན་དངོས་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ལ། མིན་ན་ཞེས་རྒྱ་མཚོན་གྱི་ཆོག་སྤྱད་པ་འདྲ་  
མི་འགྲིག་ཅིང་། སྤྱིན་བྱར་འགྱུར་ཞེས་སོགས་ཆོག་གི་རུས་པ་དང་དོན་གྱི་  
ནུས་གཞག་གཉིས་ཀའི་སྒོ་ནས་བརྒྱལ་བ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་མ་བྱུང་ཞིང་མེད་  
པས། འབྲས་སུ་གི་བའམ་བརྒྱལ་བ་དེ་ཡང་མེད་པར་གྱུར་བ་དེ་གཉིས་སྒྲ་མ་  
རྒྱ་མེད་ན། བྱི་མ་འབྲས་སུ་དེ་ཡང་མི་འབྱུང་བའི་ཐ་སྟངས་ཅན་དུ་བརྟེན་པ་འདི་  
ལོགས་སྒྲ་མ་དུ་བདག་སེམས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡོད་པ་རྒྱལ་བ་དང་མེད་པ་དགག་  
པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འབྲས་སུ་སྟེན་པ་ཡི་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱན་དག་ལ་  
སྐབས་འདིར་སྟོན་ནམ་སྟོན་མེད་པ་དང་། ཞིག་ནས་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་  
རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་དེས་འབྲས་སུ་དངོས་པོ་སྟེན་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཉིད་དུ་བརྟེན་དོ། །  
འདིར། སྟོན་མེད་པ་ཡི་རང་བཞིན་གྱི། །དངོས་པོའི་རྒྱ་ལ་སོགས་ཉིད་དོ། །  
ཞེས་བྱས་ན་གོ་བདེ་སྟེ། སྟོན་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་བསྟེན་པའི་  
རྒྱ་བྱེད་པ་སོགས་སུ་གཤམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་མཚར་བའི་རྒྱ་ལ་མིང་གི་སྒོ་ནས་མདོར་བསྟན། དོན་གྱི་རང་བཞིན་  
དཔེར་བརྟེན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་དང་། རྒྱ་དེ་དང་འབྲས་  
སུ་ལྟན་ཅིག་སྟེས་པའི་རྒྱ་དང་། དེ་བཞིན་འབྲས་སུའི་དེ་མ་ཐག་དུ་སྟེས་པའི་  
རྒྱ་དང་། མིངས་པའི་འབྲས་སུ་བསྟེན་པ་རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་དང་། འོས་པ་ཞིག་  
བསྟེན་པ་རིགས་པ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཞེས་པ་མཚར་བའི་རྒྱ་ནུམས་སོ། །ཆེད་དུ་



མ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་དུ་  
 ཡོད་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྔ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་དངོས་དོན་ལ་ཡོད་མི་  
 སྲིད་པ་ཞིག་ཚིག་གི་ལམ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་རུང་ཞིང་ལེགས་  
 པས་ངོ་མཚར་བའི་རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་མཚོན་ནས་མཚར་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་  
 རྒྱུ་ལ་བྱང་ཟེད་མི་འདྲ་བ་རྒྱུ་ལ་བྱས་པར་བྱེན་གྲངས་མེད་པ་ཡོད་དོ། །དེ་  
 ལྟ་བུའི་མཚར་བའི་རྒྱའི་དག་འདི་དག་སྒྱུར་བའི་ཚིག་གི་ལམ་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་  
 འབྲས་དངོས་མིན་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་བུ་བྲག་པ་འཕམ་པའི་འཇུག་པ་  
 ལ་བརྟེན་པ་ཡི་སྒྲོ་ནས་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་སྔ་བ་ལྟ་བུ་སོགས་ཀྱང་སྒྲན་དག་  
 གི་ལམ་ལ་ཤིན་ཏུ་མངོས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། དེ་ཡི་དབེར་བརྗོད་རི་ལྟར་ཞེ་  
 བ། དང་པོ་རིང་བའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ནི། ལུས་ཅན་མ་ཁྱེད་ཀྱི་མི་  
 ཟུར་ཞེས་མིང་དུ་བྲག་པ་ལ་འདི་དོན་ལ་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་  
 ལུས་སྐྱེས་འདོད་ཆགས་དག་གི་མཚོན་ཆ་གང་དེ་སྐྱེས་པ་གཞན་ལ་རབ་དུ་  
 འཕངས་པ་དེ་ཡིས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་མིན་པ་རིང་ན་གནས་པ་བདག་གི་ཡིད་ཀྱང་  
 བཅོམ་མོ། །ལུས་མེད་དག་གི་མཚོན་ཆས་པ་འགྱུར་སྔ་མ་རྒྱུ་ལ་སྒྲུབ་སྟེ་  
 ལུས་མེད་ནི་འདོད་སྟའོ། །རིང་བའི་དོན་ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་ལུས་མ་ཡིན་པས་  
 རྒྱ་དེ་དང་ཉེ་བ་མ་ཡིན་པས་རིང་བའོ། །ཡང་ན་ལུས་དེ་དང་གོ་ས་གཅིག་  
 མིན་པ་ལ་དེ་ལས་རིང་བ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འདིར་མཚོན་ཆ་གང་ལ་བྲག་པ་  
 དེ་ལས་གཞན་དོན་མེད་འཛོམས་མི་སྲིད་ཀྱང་འདིར་སྲིད་པ་ལྟར་སོང་བའི་

ཉམས་ཀྱིས་ངོ་མཚར་བའོ། །རྒྱ་འབྲས་ལྟ་བུ་ཅིག་པ་མཚར་བའི་རྒྱ་ནི། དཔེར་  
ན་སྦྱེས་པ་ལུས་སྦྱེས་ཏེ་འདོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལྷོས་པའི་རྣམ་འབྱུང་ལ་གདོང་མདོག་  
དམར་ཞིང་མིག་འབྱུངས་སུ་ལྟ་བུ་པ་སོགས་སྦྱོད་ལམ་སྦྱ་ཆོག་གསུང་པ་དང་  
ལྟ་བུ་ཅིག་ཉིད་དུ་ཡིད་ལ་འདོད་པའི་བྱ་མེད་རྣམས་ལ་བུ་མོ་ཆུང་དུ་འགན་ས་  
སྐབས་དག་ནི་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་བ་པའི་ནམས་འདོད་པ་བསྟེན་འོས་པ་སྦྱེས་སོ། །ལྷུ་ལ་  
བྱ་མེད་འདོད་པ་བསྟེན་འོས་ལས་སྦྱེས་བུའི་ཆུགས་པ་སྦྱེ་རིགས་པ་ལས་འདིར་  
དེ་གཉིས་སྦྱ་བྱ་མེད་པར་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱུང་བ་བརྟོག་པའོ། །འབྲས་པ་སྦྱ་བ་མཚར་  
བའི་རྒྱ་ནི། དང་པོ་འཕྲ་སྦྱར་ཉིད་དུ་རི་དྲགས་མིག་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆུགས་པའི་  
རྒྱ་མཆོ་རྒྱས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཕྱི་ནས་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་འཕྲོ་བའི་རླབ་པ་ཡི་ནི་  
དཀྱིལ་འཁོར་གར་འོ། །ཞེས་རླབ་པ་རྒྱ་མཆོ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། འདིར་  
བདག་ས་པའི་རྒྱ་མཆོ་འཕེལ་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱ་རླབ་པ་གར་བར་བརྟོག་པས་འབྲས་  
པ་རྒྱུའི་སྦྱར་བྱུང་བ་ལྟར་ངོ་མཚར་བའོ། །

འོས་མིན་ནམ་རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་ནི། རྒྱལ་པོ་ལ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཅེས་བོས་ནས་  
ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་གཉིས་པོ་དམར་པོ་འཕྲ་དམར་པ་ཡི་ནི་མ་གཞོན་ཏུ་འདི་ལ་  
རིག་པར་གྱུར་བས། དེ་ཡི་མོད་ལ་རྒྱལ་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་ཡི་བརྒྱ་  
དག་ཐུག་འཕྲིལ་བའི་སྒོ་ནས་ཟུམ་པར་བྱེད་པ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་ཉི་མས་བརྒྱ་  
ཟུམ་པར་མི་འོས་པས་སོ། །འོས་པའི་རྒྱ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་སེན་རླབ་  
པ་ཡི་འོད་ཟེར་ཀློང་འོད་ཀྱི་མདངས་འཕྲོ་བ་རྣམས་ས་སྦྱོང་རྣམས་ཀྱི་ལག་

པ་ཡི་བསྐྱུ་ཟུམ་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་ངོ་། །ཞེས་ཟླ་བས་བསྐྱུ་ཟུམ་པར་འོས་  
པའམ་རིགས་པས་སོ། །མཐུག་སྐྱེད་ཅེས་པ་རྒྱ་ཡི་རྒྱན་གྱི་ནམ་རྟོག་གི་ལྷགས་  
ནི་སྦྱེའི་དབྱེ་བ་གསུམ་སོ་སོའི་ནང་གི་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་གོང་དུ་བཤད་མ་  
ཐག་འདི་འདྲ་དག་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །

བརྩུ་བཞི་བ་ཕྱ་མོའི་རྒྱན་ལ་ངོ་བོ་དང་། དཔེ་བཟོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
གང་དུ་དོན་ནམ་ཚིག་གི་ཟུར་དང་ལྷས་དག་གི་ནམ་འགྱུར་སོགས་ནམ་པས་  
མཚོན་པའི་དོན་ཅན་དེ་ནི་དངོས་སྤྱོད་ལོ་རྒྱུའི་དོན་གསལ་བ་མིན་པར་སྤྱིར་  
ཕྱ་མོ་ཞེས་པར་བཤད་ཅིས། རང་གི་བསམ་པ་འགའ་ཞིག་གོ་བར་བྱེད་པའི་  
དོན་དུ་སྦྱོས་དབྱུང་བ་སྦྱོན་དུ་བཏང་སྟེ་དོན་དེ་དངོས་སྤྱོད་མ་བཟོད་པར་བརྟ་  
ཐབས་ཀྱི་ཟུར་ཅམ་གྱིས་སམ། སྦྱོ་སྦྱོན་དུ་བཏང་ནས་ཆེད་དུ་བརྟ་བས་མིན་  
ཡང་། རང་གི་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་རྗེས་མཐུན་ལྷས་དག་གི་ནམ་པས་  
དོན་གང་ཡིན་གོ་བའི་ཕྱ་མོ་སྟེ་སྐབས་འདིར་བཟོད་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འདུལ་  
བ་གཞི་ཡི་ལུང་ལས། བསམ་པ་ནང་ན་ཡོད་པ་ཀུན་། བྱི་རོལ་ནས་ནི་ཉེ་བར་  
དམིགས། སྐྱད་མདོག་དབང་བོའི་ནམ་པ་དག །ནམ་པར་སྒྲ་བར་མི་ལུས་  
སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དག་ཏུ་གསལ་བོར་བཟོད་པ་མེད་ཀྱང་  
དོན་གོ་བའི་དེ་ལྟ་བུ་རྟོགས་བྱེད་སྤྱི་བ་ལས་གོ་བས་ན་སྤྱི་བ་དང་། སྦྱོ་ཞིབ་  
པས་གོ་བྱ་ཡིན་པས་ཀྱང་སྤྱི་བའམ་སྤྱི་མོ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་འདྲའི་ཕྱ་མོ་དེ་དག་  
གི་སྦྱོར་བར་བཞོད་པས་དོན་གོ་བའི་ཕྱ་མོའི་རྒྱན་ཞེས་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ་རྣམ་གྲངས་གཉིས་ལས། དང་པོ། ཟུར་གྱིས་མཆོན་པའི་སྤྲོ་མོ་  
ནི། རྣམ་ཞིག་འུ་ཅག་གཉིས་འགྲོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པར་འདོད་  
ཀྱང་མང་པོའི་ཆོགས་དབུས་སུ་བརྗོད་པ་མ་བཟོད་པའི་མཛའ་བོ་དེ་ཡི་བསམ་  
སྦྱོང་བྱད་མེད་མཁས་པས་རིག་ནས། བྱད་མེད་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཅེ་དགའི་ཚུལ་  
ལམ་ཐོལ་གྱིས་ལག་པ་དག་གིས་རང་གི་རྒྱན་གྱི་པདྨ་ཁ་ཟུམ་པར་བྱས་པ་མཛའ་  
བོ་དེ་ལ་བརྟན་པའི་བདེ་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་པདྨ་ཟུམ་ཚུལ་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་བྱས་པ་  
ལའང་འཆད་དོ། །དེ་ལྟར་ལུས་སྦྱེས་འདོད་པ་དག་གིས་གཟིར་བ་ཡི། མཛའ་  
བོ་དབུགས་དབྱུང་པར་འདོད་པ་ཡིས་པདྨ་ཟུམ་པར་བྱས་པའི་བདེ་འཕེལ། ཟུར་  
ལས་པན་ཚུན་འགྲོགས་པར་སེམས་པའི་སྐབས་འདིར་ནི་མཆོན་མོར་པདྨ་ཟུམ་  
པའི་དུས་སུ་འགྲོགས་པར་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་པས་མཆོན་པ་སྤྲོ་མོའི་རྒྱན་ནི། སྦྱེ་བོ་མང་པོས་སྒྲུ་ཡི་བྱ་བ་ཅོ་མ་  
པའི་མདུན་སར་སྦྱེས་བུ་ཁྱོད་ལ་མཛེས་མ་དེ་ཡི་མིག་གཏད་ནས་བརྟན་པས་  
དེ་ཡི་གདོང་གི་ཚུ་སྦྱེས་དེར་མདོག་དམར་ཞིང་འབར་བའམ་གསལ་བ་ཆེར་  
རྒྱས་པ་ཡི་མཛེས་པ་ཅི་ཡང་བྱུང་བར་གྱུར། ཅས་སོ། །ཁ་ཅིག་བྱད་མེད་ཁྱོད་  
ལ་སྦྱེས་བུ་དེ་ཡི་གདོང་པ་གཏད་ནས་བརྟན་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ཚུ་སྦྱེས་  
དེར་ཞེས་འབྲུག་ཞོན་པ་མཐོང་དོ། །འདིར་ཆགས་པ་འབར་ཞིང་ཞེས་བརྗོད་  
ན་དངོས་སུ་བརྗོད་པས་སྤྲོ་མོར་མི་འགོ་བས་ར་གའི་སྒྲི་དམར་བ་དང་ཆགས་  
པ་གཉིས་ཀར་འཇུག་ཀྱང་སྐབས་འདིར་དམར་བར་བསྐྱར་བ་ལྟར་ལེགས་

པར་མངོན་ནོ། །དག་སྒྱུར་འདྲིར་ཡང་འཁྲིག་བདེ་འདོད་པའི་རང་བཞིན་མ་  
བརྗོད་པར་གདོད་དམར་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྗོད་པས་དོན་ཐོ་མོ་ཚོགས་  
པའི་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འདོད་པ་དག་ངེས་པར་དེ་ཡི་ཡིད་ལ་གནས་པ་  
མཚོན་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ། འདི་ཡང་ཐུ་མོ་ཡི་ཚུལ་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་བར་གྱུར་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བཅོ་ལྔ་པ་ཆ་ཡི་རྒྱན་ལ། ཆ་འདྲ་བ་གཅིག་གིས་ཅིག་ཤོས་བསྐྱིབ་པ་ལྟ་བུ་ཆ་  
འགྲིག་གི་ཆ་དང་། ཆ་ཤས་ཀྱི་ཆ་ལ་བཞེད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོའི་  
ངོ་བོ་འཕ་རང་བཞིན་བཤད་པ་ནི། ཆ་ཞེས་པ་ནི་ཅིག་ཤོས་བསྐྱིབ་བྱ་དེ་དང་  
ཆ་འདྲ་བ་ཡིས་རང་དང་འདྲ་བའི་དངོས་པོ་ཡི་རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་  
བའམ་རྗེན་པར་གསལ་བ་སྐྱིབ་པར་བྱེད་པའི་བརྗོད་ཚུལ་ཞིག་གོ། །དཔེར་  
བརྗོད་ཉིད་ཀྱིས་ཆ་རྒྱན་འདི་ཡི་ནི། །རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བར་བྱ། །  
ཞེས་གསུངས་ནས། དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་  
དང་པོ། སྟེང་པར་འོས་པའི་ཆ་རྒྱན་ནི། རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་ལ་ཆགས་པ་བདག་  
གི་ལྷས་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་བ་སྐྱུ་ལང་བའི་སྐྱུ་ལངས་རྒྱས་པ་ཉིད་བུ་  
མོ་སྐྱུང་བ་པོས་རིག་པར་གྱུར་པ་ནི་སྟེང་པོ། །སྟེང་བྱེད་ནི། དེ་ལྟར་རིག་  
པ་དེ་ལ་ཀྱེ་མ་ཚལ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་བསིལ་བའི་རྒྱུད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་  
ལ་སྐྱུ་ལོང་རྒྱས་ཞེས་སྐྱས་པ་སྐྱད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། ཆགས་པ་དང་གང་རེག་གཉིས་  
ཀས་སྐྱུ་ལོང་རྒྱས་འོས་པས་སོ། །སྟེང་པར་མི་འོས་པའི་ཆ་རྒྱན་ནི། ཅི་ལྟར་

ལུ་མོ་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་གྲུ་མ་མཐོང་བ་ཉིད་ན། བདག་ལ་དགའ་བའི་དབང་གིས་  
མཆི་མ་ལྷུང་ངོ་། །དེའི་ཆོ་དེ་སྤྲིབ་བྱེད་ཀྱི་ཟོལ་ནི། རྒྱུད་གིས་གཙུབ་པའི་མེ་  
དོག་གི་རྒྱལ་གྱིས་བདག་གི་མིག་སྤྲུང་ནས་མཆི་མ་ལྷུང་ངོ་། །ཞེས་སྒྲུས་  
པ་སྐད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། དགའ་བས་མཆི་མ་འལུང་མི་འོས་པས་ཟེར་གྲུང་། མཆི་  
མ་ལྷུང་བ་ཆགས་པའི་རྣམ་འལུང་དུ་མ་ངེས་པས་སྟེད་མི་འོས་པའི་ཆོལ་། །དཔེ་  
བརྗོད་འདི་གཉིས་ཀ་དངོས་པོ་གསལ་བ་ཟོལ་གྱིས་སྟེད་པའི་ཆ་རྒྱན་དུ་དོན་  
གཅིག་ཡིན་ཡང་དཔེ་འདྲ་མིན་གཉིས་བྱས་པ་ཅམ་ཡིན། འོས་མི་འོས་ཞེས་  
ཐ་དད་བྱེད་པ་བོད་ཀྱིས་བཤད་པ་ཡིན། འདིར་མ་ཟད་རྒྱན་གཞན་ལ་རྒྱན་  
གཅིག་ཡིན་ཡང་དཔེ་འདྲ་མིན་གཉིས་རེ་བཞོད་པ་ཡོད་ཅིས་འགྲེལ་བ་འགར་  
བཤད་གྲུང་། དཔེ་བརྗོད་རེ་རེ་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་རེ་རེའི་སྒོ་ནས་མིང་ཐ་  
དད་རེ་ཡོད་ན་ལེགས་པ་འདྲ་སྟེ། དེ་མིན་ན་དོན་གཅིག་པའི་དཔེ་བརྗོད་དུ་  
མ་བཞོད་པ་དགོས་པ་རྒྱུད་བར་འལུང་རོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་སྐབས་སྤྲིན། །  
རྒྱན་འདི་ཤིན་ཏུ་མཛོལ་བ་ཡིན། ཅིས་གསུངས་པ་འདིའི་དོན་ནི། ཞེས་པའི་  
སྒྲུབཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་བརྗོད་གཉིས་པོ་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །ལ་སོགས་པ་  
ནི་དེ་དང་བརྗོད་ཚུལ་འདྲ་བའི་ཆ་རྒྱན་དུ་གྱུར་བ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་  
འོས་པའི་སྐབས་སུ་ཤིན་ཏུ་མཛོལ་བ་དམིགས་བསལ་བ་སྟེ། སྐབས་མིན་པར་  
ཟོལ་གྱིས་སྟེད་པ་བརྗོད་ན་མཛོལ་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འལུང་རོ། །ཆགས་པའི་  
སྤྱི་ཡོང་རྒྱས་པ་དང་། ལུ་མོ་ལ་དགའ་བའི་མཆི་མ་ལྷུང་བ་དངོས་སུ་བདེན་

པར་བརྗོད་ནས། རླུང་དང་རྩལ་ལ་ཁ་གཡར་བས་སྒྲིབ་པ་སྐད་དུ་བྱས་ཀྱང་  
 བསྒྲིབ་མི་རྣམས་ལ། དེ་ལྟར་དེ་འདྲའི་དཔེ་བརྗོད་གཞུགས་པོར་བྱས་ནས་བརྗོད་  
 པ་ལའང་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་ཅམ་ལས་མཛེས་ཉམས་གཞན་མི་སྤང་མོད།  
 འདིར་གཞུང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྤྲོད་བྱེད་གཉིས་སུ་མ་བརྟན་  
 བ་ཆ་ཡིས་སྒྲིབ་ཚུལ་མི་ཤེས་པས་དཔེ་བརྗོད་དེ་དག་གིས་ཆ་རྒྱུ་གྱི་འགོ་  
 ལུགས་ཅམ་བསྟན་པས་དཔེ་བརྗོད་དངོས་ནི་ཆོག་རྒྱུ་མ་གཉིས་ཡིན་  
 པར་གོ་བར་བྱས་ན་ལེགས་ཏེ། རྩལ་པོའི་བྱ་མོ་མཐོང་ནས་སྤྲོ་ལོང་རྒྱས་པ་  
 དེ་བྱ་མོ་རྒྱང་བ་པོས་རིག་ནས་བསྐྱད་པར་དོགས་པའི་ཆོན་དེས་རྒྱང་བ་པོ་  
 ལ་སྤྲོས་པ་སྐད་དུ་བྱས་ན། རྩལ་པོའི་བྱ་མོ་མཚར་སྤྲུག་ལྟར་པ་དག་རྒྱང་  
 བྱེད་བཅས་པས་ལེགས་པར་བརྟེན་པའི་ཆ་ལ། །མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྤྲུག་པར་  
 རྒྱུར་མོད་ཀྱི། །ཀྱེ་མ་བསིལ་བའི་རླུང་དང་ལྟན་ཉིད་དོ། །ཞེས་སམ། ཡང་  
 བ། །ལེགས་བྱས་ཀྱིས་བཀོད་མི་དབང་སྤྲོས་མོའི་གཞུགས། །མཐོང་བའི་  
 མོད་ལ་བདག་ཡིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ། །ཞེ་མ་བསོད་ནམས་དགེ་བའི་ལས་ལམ་  
 ལ། །སྤྲོ་ཞིག་མི་བརྩོན་སྤྲོ་ལྟ་དུ་སྤྲོ་བ་སྤྲོས། །ཞེས་བསོད་ནམས་ལ་དགའ་  
 བའི་བ་སྤྲོ་ལྟ་དང་བ་སྐད་དུ་བསྒྲིབས་པའོ། །བྱ་མོ་ལ་དགའ་བའི་མཆོམ་བྱང་  
 བ་གཞན་གྱིས་མཐོང་བའི་ཆོ། འདི་ན་མཚར་སྤྲུག་ལྟར་པ་གཞོན་ལུ་མའི། །  
 ལུས་ཀྱི་ངོ་མཚར་ལྟ་བར་འདོད་ན་ཡང་། །དེ་ལ་འབྲེལ་བ་ལྟར་རྒྱུར་རླུང་འདི་  
 ཡིས། །གཙུབ་པའི་རྩལ་གྱིས་བདག་མིག་སྤྲོན་ལྷུང་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དེ་དང་

དེའི་སྐབས་སུ་མཛེས་པའི་ཉམས་ཡོད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། དབུ་  
མ་བཞི་བརྒྱུ་པའི་འགྲེལ་པ་བླ་བ་གྲགས་པས་མཛད་པ་ལས་གསུངས་པ། རྒྱལ་  
པོའི་ན་བཟང་འབྲུས་མཐའ་ལ་འབྲུར་བརྟུག་པ་དེ་ཁྱིའི་ཤོག་སྒྲིམ་པ་དང་། དེས་  
ན་བཟང་ཆུད་གསན་ནས་འབུལ་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ལྟར་དེས་སུ་སྒྲིམ་ན་ཤལ་ལ་  
ཆད་པས་སྒྲག་ནས། དུམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འདི་ལྟར། ལྷགས་  
མཐུན་ཁྱབ་འཇུག་ལ་དབྱེས་ལྟེ་བློ་གསལ་རྒྱ་མཚོའི་སུ་མོ་གནག་ཁྲུས་འགམ་  
དགྲིགས་ཤིང་། །གཞུང་དོ་བླ་ཤོད་པ་འི་ཁྱད་ཞེས་རྣམ་པར་གྲང་བར་གྱུར་  
པ་གང་། །དེ་ལ་ད་ལྟ་སྒྲིན་དུས་བྱོལ་དུ་ཟེན་གྱང་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱང་ཆེན་དབང་ཕྱོས་  
པ། །མཆེ་བའི་གཏུན་ཤིང་གིས་དགྲུགས་བསྐྱར་པའི་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཆབ་  
དུངས་པ་ཡོང་མ་མཆིས། །ཞེས་ཁུ་གསོལ་བྱས་པར་གྲགས། ལྷགས་དང་  
མཐུན་ཞིང་ལྟ་ཁྱབ་འཇུག་ལ་དབྱེས་པ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་ལ་བོས་ནས། རྒྱ་སྤྱང་  
སྤྱང་བོས་བསྒྲིགས་ནས་མ་དུངས་པ་ལ་སྒྲིད་བདགས་པ་འདི་ཡང་ཟོལ་གྱིས་  
སྒྲིད་པའི་ཆར་གཏོགས་ལ། སྒོན་ཁྱིམ་བདག་ལྷག་པོ་ཞིག་ལ་ཁྱོན་པ་གཅིག་  
ཡོད་པ། རྒྱལ་པོས་དེ་ལ་ཁོར་འཕྲོག་འདོད་ཀྱིས་ཀླུ་ཀ་ཆོལ་ཁྱིའི་ཁྱོན་པ་དེ་  
འདིར་ཐོངས་ཤིག་ཅིས་སྒྲིང་བ་ལ། ཁྱིམ་བདག་སྒྲག་ནས་ཁོར་ཆེན་པོ་ཞིག་  
གིས་བསྐྱུ་བར་བརྩམས་ཀྱང་། ཁྱིམ་བདག་དེའི་སུ་མོ་ཤེས་རབ་ཅན་ཞིག་  
ཡོད་པ་དེས། རྒྱལ་པོ་ལ་འདི་སྐད་དུ། ཁོར་གྱིས་ཁོར་རྣམས་འཇུགས་བགྱིད་  
ལ། །སྤྱང་བོ་ཆེས་གྱང་སྤྱང་ཆེན་ལགས། རྒྱལ་དབང་ཁྱོན་པ་གཏོང་གྱིས་



དང་། །དེ་ནས་ཁྱོན་པ་འོང་བར་འགྱུར། །ཞེས་ཞུས་པས་རྒྱལ་པོ་མགྲ་སྟེ་བྱ་  
དགའ་བྱིན་པར་གྲགས། །འདི་ཡང་ཁྱོན་པ་བཏང་དུ་མེད་པ་སྤྲུལ་གྱང་ཤེས་  
པས་དེ་འདྲ་དངོས་སུ་མ་སྤྲུལ་པར་ཐབས་མཁས་ཀྱི་ཚིག་གིས་ཁྱོན་པ་གཏོང་  
བར་རྒྱལ་པོ་ལ་སྒྲུན་པ་འདི་ལྟ་བུ་སོགས་ཟེལ་གྱིས་སྟེད་པའི་དག་དུ་མ་ཡོད་  
པ་གནས་སྐབས་དེ་དང་དེར་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྷགས་གཉིས་པ་ལ། །འདོད་པ་བརྟེན། དེ་དཔེས་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་  
སྒྲུབ་དག་མཁན་ཁ་ཅིག་གིས། བསྟོད་པའི་ཆ་ལས་སྤྲད་པ་འཕངས་པའམ།  
སྤྲད་པའི་ཆ་ལས་བསྟོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཆ་ཞེས་བརྟེན་དེ། དག་གང་གི་དངོས་  
དོན་ལ་ཆ་གཞན་ཡང་ཅུང་ཟད་འདྲེས་པའོ། །དེའི་དཔེ་བརྟེན་ལ། བསྟོད་  
པའི་ཆ་ལས་སྤྲད་པའི་རྒྱུ་ནི། རྒྱལ་པོ་གང་གི་ཡིད་ནི་གཡུལ་འགྱུར་པ་ཡི་  
དགའ་སྟོན་ལ་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལས་གྱང་  
ལྷག་པར་ཆགས་པ་གང་ཞིག་དཔའ་ཞིང་གཡུལ་གྱི་ལས་འབའ་ཞིག་ཏུ་  
ཚྱུ་མ་པར་བྱེད་པ་གཟི་བརྟེན་དང་ལྡན་ཞིང་། ལང་ཚོ་དར་ལ་བབ་པའི་ཡོན་  
ཏན་ཅན་རྒྱལ་པོ་འདི་ནི་མཛེས་མ་ཁྱོད་འདམ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བདག་པོར་འོས་སོ། །  
ཞེས་གཡུལ་འགྱུར་པ་ལ་དགའ་བའི་སྟོབས་པའམ་བརྩོན་འགྲུས་ཁྱད་འཕགས་  
ཀྱི་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྟོད་པ་འདི་ཆ་ལས་སྤྲད་པ་ཉིད་དེ། ཅིའི་བྱིར་ན་འདོད་  
པའི་འོངས་སྟོད་ལ་རྒྱུ་དུ་སྟོད་པར་འདོད་པའི་བུ་མོ་ཡི་རེ་འདོད་ཀྱི་བསམ་  
པ་དག་ནི་ཚིག་འདིས་བསྟོག་པར་ཞུས་པས་སོ། །སྤྲད་པའི་ཆ་ལས་བསྟོད་པའི་

ཀུན་ནི། ལུ་མོ་ཞིག་གིས་སྒྲེས་ཐུན་གཞན་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་པན་ཚུན་ཡིད་མེད་པས་  
པར་སྒྲུབ་པའི་དག་བྱམས་གིང་ཡིད་དུ་འཐད་པ་སྒྲུབ་ན། དེ་སྒྲར་གྱི་གོགས་མོ་  
གང་ཞིག་ཁྱོད་སྒྲེས་པ་འདི་ལ་མ་འདུད་ཅིག་ཅེས་བསྒྲོ་བ་བྱེད་པ་དེས་ཐོས་  
པ་ན་ལུ་མོ་དེ་དོ་ཆོ་ནས་ཟོལ་གྱིས་སྒྲིད་ཅིང་ཆ་ལས་བསྟོད་པའི་ཉམས་དང་  
ལྟན་པའི་ཆོག་སྒྲས་པ། ཁེངས་པ་དང་ལྟན་པའི་གཞན་ལ་བརྟམས་པའི་ཆོག་  
སྒྲུབ་ནི་ཉེས་པ་མང་པོའི་གཞིར་གྱུར་པའི་བྱིར། དེ་འདྲའི་གཞོད་པ་རབ་ཏུ་  
གཞིལ་བ་ཉིད་གྱི་བྱིར་སྒྲེས་ལུ་ཆོག་འཇམ་པོར་སྒྲུབ་གང་གིས་ཚུར་ཆོག་ཡིད་  
འོར་སྟན་པར་སྒྲས་པ་དེ་བཞིན་བདག་གིས་ཀྱང་དེ་ཡི་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་  
ཆོག་སྟན་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་བསྒྲུབ་པར་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་སྒྲེ་བོ་འདི་ནི་  
བདག་ལ་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ན་བཅེ་བ་མེད་ཀྱང་ཁ་འཇམ་པོར་སྒྲུབ་པའི་བཅེ་  
མདོག་བྱེད་པའི་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་ཞིག་ལགས་པས་གོགས་མོ་དེ་ཡིས་བདག་ལ་  
ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། དགོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་པ་འདིར་སྒྲེ་བོ་དེ་ལ་གོགས་མོས་འདི་  
ལ་མ་འདུད་ཅིག་ཅེས་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་ཁེངས་པ་མདོར་བའི་ཟོལ་འཛིན་  
པའི་ལུ་མོ་དེས། བདག་དེ་ལ་ཡིད་ཆགས་པའི་བྱིར་སྟན་པར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ཞེས་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པར་མ་རུས་ནས། རྣམ་པ་ཁ་མཛེས་ཀྱི་སྟན་སྒྲུ་ཞེས་  
སྒྲོན་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་དག་སྟན་པར་སྒྲུབ་ཉིད་ཀྱང་སྒྲེས་ལུ་དེ་ལ་  
ཡོད་པར་བསྟན་ནས་བརྗོད་པའོ། །ཞེས་སོ། །བཅུ་དྲུག་པ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་  
ཀུན་ལ། དེའི་རང་བཞིན་བསྟན་པ་དང་། རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དཔེ་བརྗོད་

གཉིས། དང་པོ་གང་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་གང་དག་ཚིག་གིས་རིམ་  
བ་བཞིན་རབ་རྟུ་བསྟན་པར་བྱས་པ་རྣམས་དེའི་དོན་ནམ། དཔེ་ཡང་སྤྲ་མའི་  
རིམ་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་སྟོན་པ་དེ་ནི་གངས་བཞིན་གྱི་རྒྱན་དང་། རིམ་  
བ་བཞིན་དུ་བསྟན་པའི་རྒྱན་ཞེས་པར་རབ་རྟུ་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་དེའི་དཔེ་བརྗོད་ནི། བྱམ་གྱི་ལས་ལ་དག་འབས་རྒྱུར་ནི་རབ་རྟུ་ཞུགས་  
མ། ཁྱོད་ཀྱི་འཇུམ་དང་མིག་དང་གདོང་མཛེས་པ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་ཀྱུ་མུད་  
དང་མུད་ལ་དང་བསྐྱུ་ལས་བརྒྱས་པར་ངེས་སོག་ཞུགས་ཙན་མ། ཞེས་བྱས་  
ལ་རྒྱུར་ཞུགས་པ་རབ་རྟུ་གཉིས་པོར་དུ་བྱས་ནས། འཇུམ་དགར་པ་ཀྱུ་མུད་  
ལས་བརྒྱས་པ་སོགས་རིམ་བཞིན་སྟུར་དོ། །འདི་ལ་བསྐྱུ་ཡིས་བརྒྱས་ཞེས་  
ཚིན་བརྒྱས་བ་ལྟ་བུ་ལ་བཤད་པ་འདུག་ཀྱང་རྒྱ་འཕྲོག་གི་དོན་ཙན་རབ་རྟུ་  
གི་རྣམ་པར་བཤད་པ་རྒྱ་དཔེ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །འདི་རབ་  
བརྟགས་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་སོང་བ་ཞར་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། སྤྲ་ཕྱིའི་དོན་གོ་  
རིམ་བཞིན་དག་དོན་གཅིག་ལ་འགྲེལ་བ་དེ་རྒྱན་འདིའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་གྱི།  
རབ་བརྟགས་ཀྱི་རྒྱན་འག་འཁོག་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དོ། །ཡང་ན་གཞུགས་  
ཙན་མ་སྤྲ་མེན་མོ་མཛེས་མ་ལ་བརྗོད་པ་ལྟར་བྱས་ན་དེ་རྒྱ་འཕྲུལ་དང་ལྟན་  
པས་ཀྱུ་མུད་སོགས་ཀྱི་མདངས་བརྒྱས་པའམ་འཕྲོག་པར་ངེས་སོ་ཞེས་སྟུར་  
བས་རབ་རྟུ་གཉིས་པོ་མི་དགོས་སོ། །དེ་ནས་དག་འབས་སོགས་རྒྱན་གསུམ་གྱི་  
རོ་བོ་བསྟན་པ་དང་། དེ་དག་གི་དཔེ་བརྗོད་སོ་སོར་བསྟན་པ་གཉིས་ལས།

དང་པོ་བརྩ་བརྩན་པ་དགའ་བ་ཞེས་པའི་རྒྱན་ནི་མཚོག་ཏུ་དགའ་བར་གྱུར་  
པའི་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་དག་སྦྱར་བའོ། །

བཙེ་བརྒྱད་པ་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཡི་རྒྱན་ནི། སྒྲིག་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་བརྗོད་  
པའི་ཚིག་གི་རྣམ་པ་ཐོན་པས་སོ་སོའི་དོན་མཚོན་པས་དེ་དང་དེའི་རྣམ་པ་ཆེས་  
ཡིད་ལ་འབབ་པའམ། ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་འཐད་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའོ། །བརྩ་  
དགུ་པ་གཟི་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་ནི། གཞན་གྱིས་མི་བརྗོད་པར་མཚོག་ཏུ་མཐོང་བའི་ར་  
རྒྱལ་སྒྲིལ་པ་ལྟ་བུའི་ཚིག་གི་རོ་ཉམས་ལྡན་པ་སྟེ། རྒྱན་དེ་གསུམ་གྱི་བརྗོད་ཚུལ་  
ནི་དག་སྦྱོར་བྱུང་བར་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་དག་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
པ་སོ་སོའི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ་ལ་གོང་གི་རིམ་པ་ལྟར་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
དགའ་བ་ལ། གོ་བོ་རྣམས་སྤང་རྗེ་འམ་སྤང་མཁའ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱུང་འཇུག་གི་མིང་  
ཡིན་ལ། དེ་འདྲའི་བྱུང་འཇུག་ཁྱོད་བདག་གི་བྱིམ་དུ་འོངས་པ་ན་དེང་བདག་  
ནི་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་སྒྲིལ་བ་གང་ཡིན་པའི་དགའ་བ་འདི་ལྟ་བུའི་སྤར་ཡང་  
ཁྱོད་ཉིད་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ལ་བབ་པའི་དུས་ཀྱིས་འོངས་ན་ཡང་འབྱུང་  
བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ཡུན་རིང་བསྐྱབ་པའི་ལྟ་མཐོང་པ་དེ་འདྲའི་དགའ་  
བ་དེ་ནི་ལྟ་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱལ་པོ་བོ་དུ་རས་རྒྱ་གཞན་ལས་མིན་ཞེས་འོས་པའམ་  
རིགས་པར་སྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་འཇུག་དེ་ལ་གྲུས་པ་ཅམ་གྱིས་ལྟར་  
རབ་ཏུ་བསྟན་ཀྱང་འཕྲོག་བྱེད་དེ་ནི་གིན་ཏུ་དགེས་ནས་པན་པ་མཛད་པ་ཡིན་  
པས། དགའ་བའི་འོས་ཡིན་ན་མཛོན་དུ་མཐོང་བ་བསྟན་པ་ནི་དགའ་བའི་

འོས་ཡིན་པ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཞེས་སོ། །འདི་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བ་ཞེས་བོད་  
 རྒྱ་མ་དག་གིས་གསུངས། །ཁམས་འབྲེལ་དུ་རེ་བ་དང་བཅས་པའི་དགའ་བ་  
 ཞེས་གསུངས། ལྷ་བ་དང་ཉི་མ་དང་རྒྱུད་དང་ས་དང་མ་ཁའ་དང་ལྟ་ལ་སྒྲིན་  
 རྒྱུག་བྱེད་པ་དང་། མེ་དང་རྩ་ཞེས་པའི་དབང་ལྷུག་གི་གཞུགས་སམ་བཞོད་  
 པ་བརྒྱད་པོ་འདི་རྣམས་ནི་ཀུན་གྱིས་སྤུན་མོང་དུ་མཐོང་རུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་  
 རྣམས་ལས་རབ་དུ་འདས་ནས་དབང་ལྷུག་གི་གཞུགས་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
 རྒྱ་བ་དང་ཡང་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན། རྣལ་འབྱོར་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བལྟ་བར་དགའ་བའི་ལྟ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་དུ་མཛོན་སུམ་ལྟ་  
 བར་པེད་ཀྱིས་རྣམས་པ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས། རང་གི་མཛོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་ལྟ་  
 ཆེན་པོ་དེ་ལ་ནི། ར་སྒྱའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ་ཡིས་དགའ་བ་  
 རབ་དུ་གསལ་བར་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དགའ་བར་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
 བར་བྱའོ། །འདི་སྐབས་སུ་བོད་རྒྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དབང་ལྷུག་གི་སྤུན་མོང་གི་  
 གཞུགས་བརྒྱད་པོ་མཛོན་སུམ་བྱས་ནས་དེ་ལ་མཚོན་ཅིང་བསྟེན་པའི་རྒྱལ་  
 པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆས་གཞུགས་འདི་རྣམས་ལ་དགའ་བར་བྱས་ཏེ། འདི་ལས་  
 འདས་པའི་གཞུགས་སྤུན་མོང་མིན་པ་རྣལ་འབྱོར་བ་དག་གིས་ཀྱང་མཐོང་  
 དགའ་ན། ཐ་མལ་པེད་ཀྱི་ལྟ་བར་ཅི་ལ་རྣམས་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བཤད་ནས་  
 འདི་ལ་གཞུགས་བརྟན་ཀྱི་དགའ་བ་དང་། རྒྱ་མ་ཁའ་འཇུག་དངོས་ལས་  
 ཐོབ་པའི་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བའི་ཁྱད་པར་དུ་འབྱེད་དོ། །ཁམས་འབྲེལ་

དུ་རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆས་དབང་ལྷན་གྱི་ཞལ་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་གཏམ་  
རྒྱུད་རྒྱ་གར་ན་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པས་དེའི་དོན་གོང་ལྟར་བཤད་ནས། འདི་  
ལ་རེ་བ་མེད་ཀྱང་དབང་ལྷན་མཐོང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་ངོ་མཚར་བ་བརྗོད་པས་  
ན། རེ་བ་མེད་པའི་དགའ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་མཛད། དགའ་བའི་གོ་ཆས་  
དབང་ལྷན་ཞལ་མཇལ་བར་གྲགས་ཀྱང་། རྩོན་མ་མཇལ་བའི་སྐབས་སུ་  
སྤྱན་མོང་བའི་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་མཚོན་ཅིང་རྗེད་པའི་དགའ་བ་བརྗོད་པ་  
ལྟར་བྱས་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་མོད། གོང་ལྟར་བཤད་ན། བྱ་བ་འཇུག་མཐོང་  
བའི་དགའ་བ་བི་དུ་རས་བསྐྱགས་པ་ལ་དགའ་བའི་རྒྱན་དང་། བྱི་མ་འདི་  
ལ་བྱད་པར་དུ་དགའ་བའི་རྒྱན་གྱི་ཐ་སྙད་བྱས་ཀྱང་མི་འགྲིགས་པ་མེད་དེ།  
གཞུང་གི་ཚིག་ཉམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་རུང་བར་མངོན་ནོ། །མདོ་ལས།  
བསོད་ནམས་བརྒྱུ་པའི་མཚན་དང་ལྷན་པས་ན། །ལྟར་བཅས་འཛིག་རྟེན་ནང་  
ན་བསོད་ནམས་གཏེར། །མཐོང་དང་ཐོས་དང་བཞད་པ་མཛད་པས་ཀྱང་། །  
སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་པན་པར་མཛད་པ་ལགས། །ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་བརྗོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡང་ཡིད་དུ་འོང་བ་འཕེལ་ཞིང་། ཡིད་དུངས་བར་ལུས་  
པས་དགའ་བ་འཕམ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་ཞི་བའི་ཉམས་སམ་ཡིད་  
དུ་འོང་བའི་ཉམས་དང་ལྷན་པ་ལགས་སོ། །

གཉིས་པ་ཉམས་ལྷན་གྱི་རྒྱན་ལ་ནང་གསེས་བརྒྱད་ལས། དང་པོ་དགའ་བ་  
འཕེལ་བ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་ནི། སྒྱི་བ་ཞེས་བྱ་བ་འཛིག་རྟེན་

ཕ་རོལ་རྩ་མཛེས་མ་གང་དང་འགྲོགས་པར་བྱ་བྱིར་བདག་འཆི་བར་འདོད་  
 པ་ལ། ཨ་བརྟེ་ཞེས་པ་སྤྱད་བྱེད་མར་གྲགས་པའི་མཛེས་མ་དེ་བདག་གིས་  
 བློ་མཐོང་བའི་ཆོས་སྒྲུབ་པ་འདི་ཉིད་ལ་ནི་རི་ལྟར་ཐོབ་སྟེ་འདི་མི་ལམ་མ་ཡིན་  
 བམ་ཞེས་བརྗོད་པའོ། །འདི་ནི་ཡུལ་བརྒྱའི་རྒྱལ་པོ་ཡུད་ཡ་ན་ཞེས་པོད་སྐད་  
 ཏུ་ལོ་ཙྰ་འགའ་ཞིག་གིས་ཤར་བ་ཞེས་བསྒྱུར་བ་མདོ་ལས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་བྱུང་  
 བ་དེ་ཉིད་རང་གི་བཅུན་མོ་ཨ་བརྟེའི་བུ་མོ་གིན་རྩ་མཛེས་པར་ཆགས་ནས་  
 ཏུག་རྩ་ཙྰ་ཞིང་ཆགས་པས་བྲེལ་ཏེ་རྒྱལ་སྤིད་ཀྱི་བྱ་བ་ཤོར་བ་ན་སྟོན་པོ་རྣམས་  
 ཀྱི་བཅུན་མོ་དེ་ག་ཤེད་རྩ་སྒྲུབ་ནས་ཤིའོ་ཞེས་བྲུས་པ་ལས། རྒྱལ་པོ་དེས་དེ་  
 དང་ཆེ་འདིར་འགྲོགས་པ་མེད་པའི་རེ་ཐག་ཆོད་ནས་ཤི་ནས་འཛིག་རྟེན་པ་  
 རོལ་རྩ་དེ་དང་འབྲད་རྒྱ་ཡོད་པའི་གཏམ་འཛིག་རྟེན་པ་ལ་བར་གྲགས་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་རང་ཉིད་འཆི་བའི་ཐབས་བརྒྱམ་པར་འདོད་པ་ལ། སྟོན་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་སྤྱར་འཆོའོ་ཞེས་རྒྱལ་པོར་གཏད་པས་འཆི་མ་དགོས་པའི་  
 སྟེང་རྩ་ཨ་བརྟེ་དངོས་སུ་ཐོབ་པས་དགའ་བ་ལྟག་པར་འཕེལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 འགྲེལ་བྱེད་དག་གིས་བཤད། དེ་ལ་འདི་ཡང་དགའ་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་  
 བྱིར་འདི་སྒྲིག་པའི་ཉམས་ལྡན་རྩ་བཤད་ཅེ་ན། བར་གི་ཡིད་དགའ་བ་བརྗོད་  
 པ་ནི་དགའ་བའི་རྒྱན་ཉིད་རྩ་འདིའི་སྤར་བསྟན་ནས། སྐབས་འདིར་དགའ་  
 བ་འཕེལ་བའི་འགྱུར་བ་ལུས་མདངས་དང་ལྡན་ཞིང་། འཇུག་པ་དང་དགོད་  
 པ་སོགས་མཐོང་ན་ཡིད་རྩ་འོང་བའི་རྣམ་འགྱུར་འཕེལ་བའི་སྒྲིག་པ་ཉིད་རྩ་

གྱུར་པའི་རང་བཞིན་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པས་ན་ཚིག་འདི་ལྟ་བུ་ནི་སྒྲིག་པའི་  
ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཚིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །སྒྲུབས་འདིར་དགའ་བ་སྒྲུས་  
བུའི་ཡུལ་ཅན་དང་། སྒྲིག་པ་བུད་མེད་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བྱུང་བར་སྒྱུར་བ་ལ་  
སྟོང་པོ་ཅི་ཡང་མེད་ལ། གཞུང་གཞན་ནས། བུད་མེད་སྒྲུས་པ་འབྲུད་གྱུར་  
ན། །སོ་སོར་དགའ་བ་སྒྲེ་འགྱུར་གང་། །དེ་ནི་སྒྲིག་པ་ཉིད་ཏུ་རིག་ །ཅེས་  
བཤད་པ་ལྟར། འདིར་ལུས་ཉམས་གྱི་རྣམ་པ་གར་གྱི་ཉམས་དགུ་ལྟ་བུ་ཡིད་  
ཡུལ་ཏུ་འཆར་བའི་ཉམས་དེ་ལས་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་པས། བར་  
ཏུ་ཡིད་དགའ་བ་འཕེལ་བ་ལས། ཡིད་གྱི་དགའ་བའི་ཉམས་གྱི་འགྱུར་པ་དེ་  
ནི་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱ་ལ། ལུས་ཉམས་གྱི་གནས་ཡིན་ཞིང་དེ་ཉིད་པས་མ་པའོ། །  
ལུས་དག་གི་རྣམ་པ་ལ་གསལ་བ་ནི་ཉམས་དང་གནས་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་སྒྲུས་པ་བུད་མེད་འབྲུད་པའི་ཆེ་ཕན་ཚུན་དགའ་བའི་མདངས་གྱིས་ལུས་  
དག་གི་རྣམ་འགྱུར་རམ་ཉམས་འབྱུང་བ་ནི་སྒྲིག་པའི་ཉམས་སོ། །དེ་ལ་མདངས་  
བཟང་པ་དང་ཟུར་མིག་མཛེས་པར་བལྟ་བ་དང་། ལག་བཅིང་དང་། འོ་བྱེད་  
པ་དང་། འཁྱུད་པ་དང་། མ་མཚུ་སོས་བཛིས་པ་སོགས་སྒྲིག་པའི་འགྱུར་  
པའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་པོ་དང་བཅུན་མོ་སྤར་པས་ལྟག་པར་མཛང་ཞིང་དགའ་  
བ་འཕེལ་བའི་རྩལ་ཏུ་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་དེའི་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་  
ཤུགས་གྱིས་ཡིད་ཡུལ་ཏུ་འདྲན་པ་དེའི་ཆ་ནས་སྒྲིག་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་  
ཞེས་བྱའོ། །འདིར་དབེར་བརྗོད་པ་གཞན་ཡང་། གཞོན་ནུའི་ལང་ཆོ་མཛེས་



པའི་ཟུར་མིག་ཅན། །ཡིད་འཕྲོག་ལྟ་མོའི་ཚོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །ཡིད་འོང་  
 དགའ་བའི་ཉམས་བརྒྱས་གར་མཛད་ཅིང་། །བདེ་ཆེན་རིལ་པས་དགྲེས་སོ་  
 ཉེ་རུ་གཤེགས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །སྤོ་བ་འཕེལ་བ་དྲག་བྱུང་  
 གྱི་ཉམས་ནི། བརྟན་དཀའ་ཞེས་བྱ་བ་གང་གིས་ནག་མོ་འདི་འཛིགས་སྡེ་བདག་  
 གི་མདུན་ན་གནས་བཞེན་པ་དེ་སྒྲུབ་ནས་བཟུང་སྟེ་དྲངས་པར་གྱུར་བ་བརྟན་  
 དཀའ་སྡིག་ཅན་བདག་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་འདི་སྒྲུབ་ཅིག་ཅམ་ཡང་འཚོ་བར་  
 འགྱུར་རམ་ཅི་སྟེ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བསང་བར་བྱའོ། །ཞེས་པ་སྒྲུབ་མིང་གི་བྱ་ལྟའི་  
 ཡ་གྲུལ་རྟེན་སྒྲུབ་འཛིགས་སྡེ་ཞེས་བྱ་བ་དག་བརྟན་དཀའ་དག་ལ་ཁྲོས་པའི་  
 མིག་གིས་ལྟ་བཞིན་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྤོ་བ་མཚོག་གི་མཐར་འཛིགས་པ་འདི་  
 ལྟ་བུ་དྲག་པོའི་ཉམས་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །འདིར་གྱིཾ་སྟེ་ནག་མོ་ཞེས་  
 པ་སྒྲུབ་མེད་གི་བྱ་ལྟའི་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱུད་མ་དྲོ་བ་དྲི་ཞེས་པའི་མིང་ཡིན་  
 པར་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་བཤད་ཅིང་འཛིགས་སྡེས་བརྟན་དཀའ་བསང་པའི་ལོ་  
 རྒྱས་དང་སྒྱུར་རོ། །འདིར་ཡང་སྤོ་བ་འཕེལ་བ་ནང་གི་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། ཉམས་  
 བེ་སྒྲུབ་མིག་དང་སྤོ་བ་ཉེར་ལ་སོགས་པ་དྲག་པོའི་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་སོ། །འདིར་  
 བཛྲོད་པ། རབ་སྤོས་དུས་མཐའི་སྒྲིན་ནག་འབྲུགས་པའི་ཞལ། །སྒྲུབ་མིག་  
 གྲོག་སྒྲུབ་འབྲུགས་བཞེན་བཤམས་གྱི་ཚོགས། །རབ་འབར་མཚོན་གྱིས་གཏུབ་  
 ཅིང་བསྐྱོར་བྱ་བ། །དུན་པས་བདུད་ཚོགས་མཐར་བྱེད་ཡ་ལྷ་རི། །ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤོ་བ་འཕེལ་བ་དབང་བའི་ཉམས་ནི། འདི་ལྟར་ས་སྒྲུབ་

རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པའི་ས་ཆེན་པོ་ལས་དབྱུང་  
གི་སྟོབས་གིས་མ་རྒྱལ་ཞིང་། ཏྲ་གཙང་གི་མཚོད་སྒྲིན་སོགས་དཔལ་ཐོབ་  
ལུས་པ་རྣམས་པ་མང་པོའི་མཚོད་སྒྲིན་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། སྟོང་བ་རྣམས་ལ་གང་  
འདོད་པའི་ཞོར་རྣམས་ཀྱང་མ་བྱིན་པར་ཀུན་ལས་རྣམས་པར་རྒྱལ་བའི་ས་སྟོང་  
ཉིད་དུ་བདག་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟར་གྱུར་བ་ལ་སྟོོ་བ་བརྟེན་པའོ། །ཞེས་  
པ་རང་ཉིད་ནང་གི་སེམས་མ་ཁྱུམ་པར་དཔལ་ཞིང་སྟོབས་དང་ལྷན་པའི་སྟོོ་  
བ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་འདི་ནི་སེམས་མ་ཁྱུམ་པར་གཟེངས་  
མཐོ་བ་སེང་གེ་ལྟར་དཔལ་བའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གནས་པའི་ཉམས་  
དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ལུས་པ་ལ་ཆོག་བརྟེན་ཚུལ་འདི་འདྲ་དག་ནི་དབང་  
བཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ནང་དུ་སེམས་ནི་རང་ལ་རང་ཡིད་ཆེས་པ་ལྟ་བུ་མི་སྟོོ་ཞིང་  
ཁྱུམ་པ་ཡོད་པ་ལ་དཔལ་བའི་ཉམས་མེད་ཅིང་། གང་དུ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ནམ་  
སྟོབས་ལ་སྟོོ་བ་འཕེལ་ཞིང་རའོ་སྟམ་དུ་སེམས་གཟེངས་མཐོ་བ་དེ་ནི་དཔལ་  
བའི་སེམས་ཉམས་ཡིན་ལ། དེས་བསྐྱེད་པ་ལུས་ངག་གི་ཉམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་  
ནི་ཟུ་ལའང་སྟོས་པ་མེད་པ་དང་། མ་ཁྱུམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སེང་གེ་ལྟར་བག་  
ཆ་བམེད་པར་བསྐྱེངས་ཤིང་བག་ཐེབས་པར་གནས་པའོ། །འདི་ལ་ཡང་དཔེར་  
བརྟེན་ན། སྤིང་གསུམ་ཟ་བ་དུས་ཀྱི་དབྲ་རྣམས་ཀྱང་། །དེ་ཡིས་བཟའ་མཛད་  
དུས་མེད་དོ་རྗེའི་སྟུ། །འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་གཙོ་བོས་བྱུག་བྱས་པ། །མཚུངས་  
མེད་འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོས་བདག་སྐྱེངས་ཤིག །ཅིས་དང་། མཚུངས་མེད་

འཇམ་དཔལ་དགྲེས་པའི་གཟི་བྱིན་གྱིས། སྒྲིང་ལ་མི་འཛིགས་སྟོབས་པའི་  
 སྟོབས་བྱིན་པ། དེ་ལ་སྒྲིང་གསུམ་གྲོལ་བས་སྐབས་བཅལ་ཀྱང་། བསྐྱའི་  
 གཡོ་བ་ཙམ་ཡང་གལ་སྒྲིང་། ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སོགས་སོ། བྱུངན་འཕེལ་བ་  
 སྒྲིང་རྗེའི་ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱུན་ནི། ལུས་འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤ་ཅན་གང་ལ་མེ་  
 ཏོག་བསྐྱ་ཡི་མལ་སྒྲན་དག་ཀྱང་རྩལ་བར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་མ། ལྟ་  
 མོ་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོ་དེ་ནི་ད་ལྟ་རྒྱལ་པོ་འདས་པའི་གདུང་བསྐྱེག་པའི་  
 རོ་ཁང་དག་སྐྱེག་ཟེ་མེ་འབར་བ་དང་ལྡན་པར་རི་ལྟར་ཉལ། ཞེས་པ་ཡུལ་  
 དེ་ལ་སྒྲིང་རྗེ་རྒྱས་པ་ཡི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་རྒྱུན་ཉིད་དུ་ནི་རབ་རྒྱ་བཤད་  
 ཅེས་སོ། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་རིགས་དང་བཅས་ཟེ་ཕལ་ཆེར་གྱི་  
 བག་མ་བླངས་ནས་བྱོལ་སྟོན་དུ་འདས་ན་དེའི་རོ་བསྐྱེག་པའི་མེ་ནང་རྒྱང་མ་  
 གསོན་མཚོངས་བྱས་ནས་རོ་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱེགས་པའི་ཡུལ་ལྷགས་དེ་འདྲ་  
 ཡོད་ལ། བལ་པོར་ཡང་དང་པོར་བག་མ་དང་ཁ་ཆད་དེ་འདྲ་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་  
 བྱེད་གྱི། མེད་ན་མི་དགོས་ཞེས་བཤད། དེ་ལྟར་རོ་དང་མཉམ་དུ་གསོན་སྐྱེག་  
 བྱེད་པ་ལ་སྒྲིང་རྗེ་འཕེལ་བའི་ཡིད་གྱི་འགྱུར་བ་ནང་དུ་ཡོད་པ་ལས། དེའི་  
 ཉམས་འགྱུར་སྒྱུ་ལྡང་མཆི་མ་ལྟུགས་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། འདིར་དཔེར་བརྗོད་  
 གཞན་བྲིས་པ། ལས་ཉོན་འཆིང་བ་དྲག་པོའི་གཞན་དབང་གིས། བ་མཐའ་  
 ཡོངས་བལ་སྟག་བསྟལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེར། རང་དབང་མེད་པར་འཕྱུན་པའི་འགོ་  
 ཀུན་ལ། མགོན་མཛད་སྒྲིང་རྗེའི་དབང་ལྷུག་པད་དཀར་འཆང་། ཞེས་པ་

ལྟ་བུ་སྟག་སྟོ། །མདོ་ལས་ཀྱང་། གཏི་མུག་མུན་པ་མུན་ནག་གིས་ཉག་ཏུ། །  
སེམས་ནི་བསྐྱབས་པར་གྱུར་པའི་སྒྲེ་རྒྱ་དང་། །འཁོར་པའི་བཙོན་རར་ཚུད་  
པ་རྣམས་གཟིགས་ན། །དང་སྒོང་དམ་པ་དེ་ནི་ཐུགས་རྗེ་སྒྲེ། །ཞེས་གསུངས་  
པའང་སྟོང་རྗེའི་ཉམས་དང་ལྡན་པའོ། །དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་མི་སྐྱུག་པ་དང་།  
བཞད་གད་དང་མད་མུང་དང་འཇིགས་རུང་གི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཡང་ངོ་། །  
ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས། སོ་སོའི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ་ལ། དང་པོ་སྐྱུག་  
ཁྲོ་བ་འཕེལ་བ་མི་སྐྱུག་པའི་ཉམས་ནི། མི་ཡི་རྒྱ་མས་ལུས་བརྒྱན་པའི་སྤྱན་  
པོ་འདི་རྣམས་མགོ་པོ་མེད་པའི་རོད་དང་ལྡན་ཅིག་ཏུ་ལག་པ་གཉིས་སྐྱར་པའི་  
སྟོམ་པས་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསང་པའི་དགའི་ཁྲག་འབྲུང་ཞིང་གར་བྱེད་དོ། །  
ཞེས་སོ། །གཞན་སྦྱད་ཡུལ་སྟགས་ཀྱི་སྦྱོན་བརྗོད་པས་དེ་ཡིད་དུ་མི་འོང་ཞིང་  
སྐྱུག་ཁྲོ་བ་འཕེལ་བ་ལྟ་བུར་མི་འདོད་པའི་རྣམ་པར་གར་བ་ནང་གི་ཉམས་ལས་  
ཁྱོད་ཉམས་སྦྱ་འགྲེལ་བ་དང་། མིག་མི་བལྟ་བ་དང་། རྒྱུག་ཚིག་སྦྱ་བ་སྟགས་  
ཀྱིས་དེ་སྦྱང་པའི་རྣམ་འཁྱར་བྱེད་པའོ། །འདི་ལ་དཔེར་བརྗོད་པ། རྟོག་མེད་  
སྐྱུ་མར་རོལ་བ་དཔལ་གྱི་བྲན། །དུར་ཁྱོད་འབྲུང་པོའི་ཚྭ་སྟགས་རྣམས་ཁྲག་  
ཞག་དང་། །བཤང་གཅིའི་འདམ་རྩ་བ་མུང་བའི་བམ་རོ་ཡང་། །ཟ་ཞིང་ཟ་  
ཞིང་གཅེར་བུར་གར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་ལ་སྟགས་པ་དང་། ཚེས་ཀྱི་མུང་པོའི་  
མདོ་ལས། ལུས་ནི་མི་གཙང་ལས་བྱུང་སྟེ། ཉག་ཏུ་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱང་  
གནས། །གཙོན་དང་རྟུག་པས་རབ་གང་ན། །དེ་ལ་བྱིས་པ་རབ་རྟུ་ཆགས། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དགོད་བྱོ་བ་འཕེལ་བ་བཞད་གང་གི་ཉམས་ནི།  
 གྲུ་གྲོགས་མོ་མེ་ཏྲོག་མ་རྙིང་མ་ཞེས་སྒྲེས་པས་དེ་སྒྲུ་ལོངས་མ་སྒྲུད་པས་དཔེར་  
 བ་མེ་ཏྲོག་ལ་བུང་བ་སོགས་གྲིས་ཐུག་རེག་མ་བྱས་པ་བཞིན་དུ་དེ་ཡི་སྒྲུ་གནས་  
 མ་ཉམས་པ་ཡིན་པ་སྒྲུད་དུ་བོས་ནས། དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་མཚངས་ཁྱོད་  
 གྲུ་མའི་རིལ་ལ་ནི། སྒྲུ་བོ་ཆགས་ལྡན་གཞན་གྲིས་རེག་པའི་སེམ་རྗེས་གང་  
 ཞིག་ མ་བྱའི་རྒྱུ་རྗེས་དང་། རི་བོང་འཕར་བ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་འདོད་  
 པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པ་ལྟར་གསར་བའམ་སར་བ་བཏོད་མ་ཐག་  
 པ་ཆགས་པ་འདི་རང་གི་སྟོད་གཡོགས་གྲིས་ནི་སྒྲིབ་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་  
 བཞད་གང་དུ་འོས་པ་བཛོད་པའོ། །ཁ་ཅིག་རྒྱུ་གྲུ་མེ་ཏྲོག་མ་རྙིང་མ་ཞེས་  
 འཆད་དོ། །འདི་ཉམས་མཚར་དུ་དཔེ་བཛོད་བཀོད་པ། གང་གིས་མི་བདག་  
 ཞོན་ནས་ཏྲ་ཡི་སྒྲུད། །བསྒྲུག་ཏུ་བཅུག་པའི་ཡ་མཚན་འདོད་པས་བཀོད། །  
 འདི་ཡང་ང་དང་འདྲ་སྒྲུལ་སྒྲུ་ལེན་པ། །དེས་ཀྱང་ཁྱོད་གྲུ་མཐུ་ཡིས་ལས་དེ་  
 བཅུམས། །ཞེས་སྒྲུ་བསེང་གི་བུ་མོ་སྒྲོལ་མ་གང་གིས་མི་བདག་གཏུམ་པོ་  
 རབ་སྒྲུང་ཏྲ་བཞིན་ནས་དེ་ལ་ཏྲ་སྒྲུད་འདོན་དུ་འཇུག་པ་འདི་འདོད་པ་ཁྱོད་གྲུས་  
 བཀོད་ལ། དེའི་ཆོད་རེ་བེ་ལྷོ་མ་ཐན་གྲིས་འཕྲིགས་ནས་འདི་ཡང་ང་དང་ཚུལ་  
 འདྲ་བ་ཞིག་གོ་སྒྲུལ་དུ་སྒྲུ་ལེན་པ་དེས་ཀྱང་འདོད་པ་ཁྱོད་གྲུ་མཐུས་ལས་དེ་  
 ལྟ་བུ་བཅུམ་པ་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་བར་ན་གནས་པའི་གསལ་  
 བྱེད་གྲུ་རྒྱུ་ནོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་འདུལ་བ་ཐུན་ཆོགས་གྲུ་གཞི་ལས་གསུངས་

བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་རབ་སྒྲུང་གི་གྲོས་  
སྟོན་གསོས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དཔུང་དང་བཅས་པ། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་འོག་ཏུ་  
མ་འདུས་པའི་རི་བླ་གཞུང་བསེར་རྒྱལ་སྐུ་དབབ་པའི་བྱིར་མངགས་  
པ། དེས་དེ་རྒྱལ་སྐུ་ཆམ་ལ་ཡབ་སྟེ་གཏེ་ལུང་བཟུང་བ་རྒྱལ་སྐུ་ནང་ན་བུ་མོ་  
ཆུང་ཏུ་ལུས་མ་བྱུང་དགའ་ན་པས་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་  
རབ་སྒྲུང་གིས་མཐོང་ནས། གསོས་པ་ལ་བུ་མོ་འདི་ལ་གང་སྐྱུ་དག་དགའ་  
མཁུར་སྟོན་པ་ཡོད་ཅིང་དམ་ཞེས་སྒྲུས་པ་དང་། གསོས་པ་ན་རེ། དེ་ཡོད་  
བར་མ་ཟད་འདི་སྐུ་ལ་བྱིན་པའི་རང་གི་བདག་པོ་ཏུ་ཁོ་ན་ནས་ཏུ་སྐད་ཟེར་  
ཏུ་འཇུག་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཟེར། རྒྱལ་པོས་དེ་ལྟར་ཅང་འཁྱུར་རམ་ཟེར་བ་ལ་  
གསོས་པས་ལྟ་སྟུན་སྒྲུར་བབ་པར་བགྱེད། ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། བུ་མོ་དེ་ཉིད་རང་  
གི་བྱིམ་ཏུ་ཁྱིད་ནས་སྟུན་པ་རྒྱལ་སྐུ་དབབ་ཏུ་བཅུག་པས་ནད་སྟོས།  
ཁ་ཟས་བཟང་པོས་གསོ་བར་བྱས་པས་དེ་ཡང་ཚོ་ལ་བབ་ཅིང་གཟུགས་བཟང་  
བར་གྱུར་པ་ལ་སྐུ་བསེང་གི་བུ་མོ་སྟོལ་མ་ཞེས་མིང་བདགས་སོ། བུ་མོ་དེ་  
ལ་ངས་རྒྱལ་པོ་གཏུགས་ཚོད་ལ་སྟུན་དངས་ཀྱིས། ཁྱོད་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
སྒྲུབས་ལ་བདག་ཉིད་སྟོན་ཅིག་ཅེས་བྱས་ནས། གསོས་པ་རྒྱལ་པོའི་གམ་ཏུ་  
སོང་སྟེ། ལྟ་བདག་གི་བྱིམ་ཡོངས་སུ་སྒྲུངས་པ་ལྟ་ཞིག་ང་མི་གཟིགས་སམ་  
ཞེས་ཁྱུས་པས། རྒྱལ་པོས་ང་ཁྱོད་ཀྱིས་མ་པོས་བར་ཁྱོད་ཀྱི་བྱིམ་རི་ལྟར་  
བལྟ་བར་བྱ། གསོས་པ་ན་རེ། ལྟ་གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་སྟུན་འདྲེན་ནོ། རྒྱལ་

བོ་ཡང་དགའ་སྟེ་དེ་ལྟར་གནང་ངོ། །གསོས་པས་བྱིས་ཀྱི་དོར་བྱས་གིང་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་འོས་པའི་བཟའ་བཏུང་སྦྱར་ནས། རྒྱལ་པོ་བྱིས་དུ་འོངས་པ་ལ་  
 ཟས་དང་གོས་ཀྱིས་བཀྱར་ཞིང་གཏམ་སྒྲིང་བཞིན་འདུག་པ་ན། ལུ་མོ་དེས་  
 ཡོལ་བས་བསྐྱོར་བའི་ནང་དུ་ཅིད་མོའི་ཆ་བྱད་པོ་ལོང་འཕངས་ནས་ཡོལ་བ་  
 གྱེན་དུ་བསྒྲོག་སྟེ། གསོས་པ་ལ་ཡབ་ཅིག་པོ་ལོང་སྒྲར་སྟེ་ཡབ་ཅིག་ཅེས་སྒྲུས་  
 པ་དང་། ལུ་མོ་དེ་མོ་ཚོད་གཞོན་ཞིང་མཛེས་པ་མཐོང་ནས་དེ་མ་ཐག་དུ་དེ་ལ་  
 རྒྱལ་པོ་ཆགས་པར་གྱུར་ངོ། །གསོས་པ་ལ་འདི་སྤྱི་ལུ་མོ་ཡིན། ལྟ་བདག་  
 གི་ལུ་མོ་ལགས་སོ། །འདི་གཞན་ལ་བྱིན་ཏམ་ལྟ་མ་སྦྱུལ་ངོ། །གལ་ཏེ་དེ་  
 ལྟར་ན་ང་ལ་ཅིས་མི་སྦྱིན། ལྟ་འབུལ་བར་འཆལ་ལོ། །དེ་ནས་ལུ་མོ་དེ་རྒྱལ་  
 པོའི་འབྱོར་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱས་ནས་བག་མར་སྤངས་སོ། །གསར་པས་རྒྱིང་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་བྱིས་གཞོན་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས། རྒྱལ་པོ་ཡང་ཚུར་མ་  
 གསར་པ་དེ་ལ་ཆགས་པས་གཞན་བཏང་ནས་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ལེན་པར་གྱུར་  
 པ་ན། གསོས་པས་བདག་གིས་དམ་བཅས་པ་བྱ་བའི་དུས་ནི་འདི་ཡིན་ནོ་  
 ལྟམ་ནས་ལུ་མོ་དེ་ལ་ཁྱིད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་འདིའི་རྒྱབ་ཏུ་ཞོན་ནས་རྟ་སྐད་ཟེར་  
 དུ་གཞུག་པར་བྱས་སམ། དེ་ཅུང་ཞིག་བགད་ནས་སྒྲུས་པ། ཡབ་གཅིག་རེ་  
 ཞིག་རྩོམ་མི་ཐོགས་བལྟ་བར་བགྱིའོ། །ལུང་མེད་རྣམས་མ་བསྐྱབ་བསྐྱུ་  
 བར་མཁས་པ་ཡིན་པས། དེ་གོས་དྲི་མ་ཅན་བགོས་ནས་ཁྱིའུ་བྱ་བ་ཅན་གྱི་  
 སྟེང་ན་ཉལ་ཞིང་འདུག་པ་ལ། རྒྱལ་པོས་ལྟ་མོ་འདི་ཅིའི་ཐ་ཆོག་ དེས་སྒྲུས་

པ། ལྷ་རྣམས་འབྲུག་ས་པར་གྱུར་ཏོ། །རྒྱལ་པོས་ཅིའི་ཕྱིར་ལྷ་རྣམས་འབྲུག་ས་  
ཞེས་དྲིས་པ་ལ། ལུ་མོ་ན་རེ། ལྷས་བདག་གི་པ་རི་བྲག་པ་རྒྱ་བསེར་རྣམས་  
འབབས་སུ་བཏང་བའི་ཚེ། བདག་གིས་དེ་ཞི་བ་དང་བདེ་ལེགས་སུ་འགྱུར་  
ཕྱིར་བདག་གི་པས་དོན་གྲུབ་ནས་སྤྱར་འཁོར་ན། གང་གིས་བདག་གྲུངས་  
བ་དེའི་རྒྱབ་ཏུ་ཞོན་ནས་རྟ་སྐད་ཟེར་དུ་སྤྱུལ་ཏོ། །ཞེས་བགྲིས་པ་ལས་བདག་  
ནི་ལྷ་ལ་ལུལ། ལྷའི་བཙུན་མོའི་འཁོར་རྒྱ་ཆེ་བས་ཅིས་ཀྱང་བདག་གི་དོན་  
འདི་མི་བགྲིད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་ཞེན་པ་རྣམས་  
ཀྲིས་མི་བྱ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པས་རྒྱལ་པོས་སྤྲུལ་པ། ལྷ་མོ་ཁྱོད་ཀྲིས་དོན་དུ་ན་  
ངའི་ཆེད་དུ་གསོལ་བ་བྱས་པ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་ཀྲིས། བདེ་བར་  
འདུག་ཅིག ལུ་མོ་དེ་ཅང་མི་ཟེར་བར་འདུག་པ་ལ་རྒྱལ་པོས་སྤྲུལ་པ། ཁྱོད་  
ཅིའི་ཕྱིར་མི་སྤྲུ། ལྷ་མོ་ཁྱོད་ཀྲིས་གསོལ་བ་གཞན་ཅུང་ཟད་མེད་གྲང་། དེས་  
སྤྲུལ་པ། ལྷ་ཅུང་ཟད་མ་མཆིས་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེའི་དུས་སུ་བཅུ་ཟླ་འདུན་  
ན་འདོན་ཀྲིས་ལྷའི་གིས་པ་བརྗོད་པར་བགྲི། དེ་ལྷོ་ལེན་པའི་མིས་ཀྱང་དེ་  
ལྷོ་གྲུང་བར་བགྲིའོ། །རྒྱལ་པོས་སྤྲུལ་པ། དེ་སྤྲུ་སྤྲེ་བཅུ་ཟླ་འདུན་ན་འདོན་  
རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལྷོ་ལེན་པ་ཞིག་བཅུ་ལ་བར་བྱའོ། །ལུ་མོས་སྤྲུལ་པ། ལྷ་  
དེ་ལྷར་ལེགས་ཀྲིས་དེ་ལྷོ་ལེན་པ་བཅུ་ལ་དུ་གསོལ། དེའི་ཆེ་ལུལ་ས་འཛིན་  
ནས་ས་འཛིན་པའི་མི་ཞིག་ཟོང་ཐོགས་ཏེ་འཕགས་རྒྱལ་དུ་འོངས་པ་དེས་ཟོང་  
ཐམས་ཅད་བཅོང་སྤྲེ་སྤྲེ་འཚོང་མ་དང་ལྷན་ཅིག་ཟོས་པར་བྱས་ནས་དེ་ལྷར་



ལྷག་པར་ཆགས་སོ། །དེའི་ཆོས་འཛིན་པ་དེའི་སྤྱི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་བོར་  
ནས་བྱོས་པ་དང་། སྤྲད་འཚོང་ན་རེ། རྗེའི་སྤྲས་བདག་ནི་ཞིང་པ་མ་ལགས།  
ཚོང་པ་མ་ལགས། བྱོང་མི་ཟོང་ཐོགས་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་མ་ལགས་ཏེ།  
གཞན་དུ་ན་ཁྱེད་ལྟ་བུ་དག་ལས་རྟེན་པ་གང་ལགས་པ་དེས་འཚོ་བ་ཡིན་པས་  
ཀླུ་རྒྱུ་པ་ཆ་དག་སྤྱུ་ལ་ཅིག་ ཡང་ན་སྤྲས་བྱ་གཞན་གྱི་སྤྲས་བྱེས་ཤིག་ དེས་  
སྤྲས་པ། བཟང་མོ་བདག་ལ་ཀླུ་རྒྱུ་པ་ཆ་དག་མེད་མོད། ཅི་སྟེ་ཡོད་ན་ཁྱེད་  
ལས་ལྷག་པ་གཞན་སུ་ཞིག་ཡོད་དེ་ཆོས་སྤྱི་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ལ་བདག་  
སྤྲས་པས་འདིར་འདུག་གིས་མ་བསྐྱད་ཅིག་ སྤྲད་འཚོང་མས་སྤྲས་པ། ཅི་སྟེ་  
བདག་གིས་སྤྲས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁྱེད་ན་ཁྱེད་བདག་ལ་སྤྲས་པར་གཤམ་སོ། །  
དེས་སྤྲས་པ། བཟང་མོ་མགོ་བོས་བཀྱར་འོ། །སྤྲད་འཚོང་མ་དེས་བཤང་བ་  
བྱས་ནས། དེའི་སྟེང་དུ་རྒྱ་བྱག་གི་ཆོ་གུ་བཞག་སྟེ། ཅི་སྟེ་ཁྱེད་བདག་ལ་བྱམས་  
ན་རྒྱ་བྱག་གི་ཆོ་གུ་འདི་སོས་བྱུངས་ཤིག་ དེས་བྱུང་བར་བྱས་པ་དང་། སྤྲད་  
འཚོང་མ་དེའི་རྟོག་པས་བསྐྱུན་ནས་སུལ་ཏེ་བཀྱེན་པ་ཅི་འདི་ལྟ་བུ་དག་ཀྱང་  
བྱེད་དམ། བཅོམ་པ་ཁྱེད་དང་ལྷན་ཅིག་མི་འདུག་གིས་སོང་ཞིག་ཅེས་སྤྲས་  
ཏེ་ཁྱིམ་དེ་ནས་བསྐྱད་དོ། །དེ་བི་ཨོ་ལེན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་བི་ཨོ་ལེན་པས་  
འཚོ་བ་འཚོལ་བར་སྤྱར་ཏོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་བོས་གསོས་པ་ལ་སུ་མོ་འདིས་ལྟ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་བྱས་ཏེ།  
བྱམ་ཟེ་འདུན་ན་འདོན་ནི་ང་ལ་ཡོད་ན་བི་ཨོ་སུས་སྤྱང་པར་བྱ། གསོས་པས་

སྤྱི་པ། ལྷ་ས་འཛོན་པ་པི་ཤི་ལེན་པས་འཆོ་བར་བགྱིད་པ་ཞིག་མཆིས་ཀྱི།  
དེའི་མིག་དར་གྱིས་བཀའ་པ་ལ་ནང་དུ་དགྲུག་པར་བགྱིའོ། །རྒྱལ་པོས་ལེགས་  
ཀྱིས་དེ་བཞིན་གྱིས་ལ་ཁྱལ་ཅིག་ཅིས་བྱས་སོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དང་རང་གི་  
མདུན་ན་འདོན་གཉིས་ཁང་པ་བདུན་བཅེགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་འཛོགས་ནས་དེས་  
བམ་ཟེ་འདུན་ན་འདོན་ལ་རི་ལྟར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཅང་  
མི་ཟེར་བར་འདུག་གོ། །གསོས་པས་ས་འཛོན་པའི་མིག་དར་གྱིས་བཀའ་བ་སྟེ་  
ཁང་པ་བདུན་བཅེགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཁྱིད་ནས་བཞག་སྐྱབས་ལ་གི་བུ་མོ་སྒྲོལ་  
མ་ཡང་རོ་མཆར་དང་། བཀྲ་གིས་དང་། བདེ་ལེགས་བྱས་ཏེ་གོས་དཀར་པོ་  
བགོས་ནས་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ཏུ་ཞོན་པ་དང་། བམ་ཟེ་མདུན་ན་འདོན་གྱིས་  
གིས་བརྟེན་བརྟེན་པར་བརྩམས། ས་འཛོན་པའི་མི་དེས་པི་ཤི་སྤངས། རྒྱལ་  
པོ་རྟ་སྟངས་འབྱོན་པ་ལ་ཁྱལ་ས་པ་དང་། ས་འཛོན་པ་དེས་བསམ་པ། ཁང་པ་  
འདི་ནི་བདུན་བཅེགས་ཡིན་པས་རྟ་འདིར་ག་ལ་ཐར། གདོན་མི་ཟེར་བར་འདི་  
ནི་བདག་རྟ་བྱ་བྱད་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་འགའ་ཞིག་བྱད་མེད་ཀྱིས་ཅོ་  
དྲིས་པའི་སྒྲུལ་ནས། དེས་སྤྱུ་ཆོག་སྤང་བ། རྒྱ་བྱག་ཆོ་གྱུས་གྱུར་པ་ལྟར། །  
རྒྱ་བྱག་ཆོ་གྱུས་གྱུར་པ་ལྟར། །དོན་འདི་འང་པལ་ཆེར་འདྲ་བ་ཡིན། །དོན་  
འདི་འང་པལ་ཆེར་འདྲ་བ་ཡིན། །ཞེས་ཟེར་ཞིང་པི་ཤི་མི་ལེན་པར་ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་སྤྱུ་ཆོག་དེ་གྱུར་ལེན་པར་བྱས་སོ། །སྟངས་ནས་རྒྱལ་པོས་པི་ཤི་མཁན་  
དེ་ལ་དྲིས་པ། གྱེ་སྤྱིས་བུ་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱེད་འོ་དོན་ཅི་ཡིན། དེས་རི་ལྟར་གྱུར་པ་

བརྗོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོས་བསམ་པ། འདིས་བདག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་  
 དབྱང་བར་བྱའོ་སྒྲུབ་དུ་གྲུབ་པ་ཏ་ལྟ་བུ་བྱིན་ནས་ཡུལ་དབྱང་བར་བྱས་སོ། །  
 དེའི་རྗེས་ཤིག་ཏུ་བྲམ་ཟེ་མདུན་ན་འདོན་དེས་རྒྱལ་པོ་བྱད་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་  
 འགྱུར་བ་མི་རིགས་སོ་ཞེས་བྲས་པ་ལ་རྒྱལ་པོས་དེ་ལ་ལན་གྲུབ་པའི་བྱིར་  
 གསོས་པ་ལ་མདུན་ན་འདོན་འདིས་ང་ལ་གྲུབ་ཀ་ཆོལ་བས་འདི་ལ་དེ་འདྲི་  
 ཐབས་ཅི་ཡོད་དེས་པས། གསོས་པས་ཐབས་བྲས་ཏེ་མདུན་ན་འདོན་གྱི་སྒྲུབ་  
 རང་གི་ཆུང་མས་བྱི་བར་བྲས་པ་ལ་རྒྱལ་པོས་འབྲས་པ་དང་། ལན་གཅིག་  
 གསོས་པས་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱེད་དེ་སྒྲུབ་བྱད་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་བ་མི་རིགས་  
 ཞེས་བྲས་པ་ལ། རྒྱལ་པོས་མདུན་ན་འདོན་ལ་གསོས་པ་འདི་ལ་ངོ་ཆོ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཐབས་ཅི་ཡོད་དེས་པས། དེའི་སྒྲུག་གི་ཆོ་བོ་མིག་འབྲུལ་ཤེས་པས་  
 བྲགས་དར་ཁྱོད་དུ་དེད་དཔོན་གྱི་བྱིམ་དང་གོང་རུས་ལས་བྱད་མེད་ཆེས་མཛེས་  
 མར་སྒྲུལ་པ་ལ་གསོས་པ་དེར་འོངས་པས་འབྱུང་བ་ཞིན་གཉིད་དུ་སོང་བ་ལ་  
 རྒྱལ་པོ་འཁོར་མང་པོ་དང་བཅས་ཏེ་འབྲས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་གོང་གི་འཕྲོས་  
 སྒྲུབ་ཡོད་དོ། །སྒྲུབ་ཡང་བཞད་གད་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་པ། མདོ་དང་འགལ་ཞེས་  
 ལན་བརྒྱུད་སྒྲུས་ན་ཡང་། །གཞོན་ལུ་མ་འདིས་ནོངས་པར་མི་མཐོང་བྱིར། །  
 རྒྱལ་བའི་གསུང་དང་འགལ་བར་མི་བཟོད་པའི། །རྒྱན་ཞུགས་བྱེད་ཉིད་བདེ་  
 བར་བཞུགས་མཛོད་ཅིག །ཅེས་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་རྣམ་བཤད་  
 རིག་པར་ཆོས་འཆད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོ་གཉིད་དང་སྒྲུགས་པ་གསང་བའི་གཏམ་

གསུངས་པ། རྩོན་ཤུག་ལྷགས་ཞིག་གིས་གཞོན་ལུ་མ་ཞིག་ལ་འདོད་པ་བསྟན་  
བར་འདོད་ཀྱང་། དེས་བགྱིད་དུ་མ་སྟེར་བ་ལ་ཤུག་ལྷགས་ན་ཤེ། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱད་མེད་ཀྱི་སེམས་ནི་སྒྲིས་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་།  
ཁྱེད་ནི་མདོ་སྟེང་དང་འགལ་ལོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་དེ་ཡི་དོན་ཚིགས་བཅད་དུ་བསྡེབས་  
པའོ། །དེ་ཡང་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་ནི་ནད་དུ་ཡིད་ལ་དགའ་ཞིང་མཚར་བའི་  
ཆར་གཏོགས་པ་དགོད་བྱོ་བ་འཕེལ་བ་ལས། བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་འབྱུར་  
ནི། གད་མོ་དགོད་པ། འཇུམ་པ། ཐལ་མོ་རྡེབ་པ་སོགས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །  
དོ་མཚར་བ་འཕེལ་བ་མྱད་བྱུང་གི་ཉམས་ནི། འདི་ལྟར་སྒྲིས་བྱས་སྟོ་སྟོན་དུ་  
བཏང་ནས་བཀོད་པ་ལེགས་པར་བསྒྲིགས་པ་དང་འདྲ་བར། སྟོ་སྟོན་དུ་  
བཏང་ནས་འདི་ལྟ་བུ་བྱས་པ་མིན་ཡང་ཡིད་རབ་དུ་དགའ་བའི་ཚལ་གྱི་ཤིང་  
སྟོན་པ་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱི་འདབ་མ་རྩིང་བ་བརྟེན་ཏེ། གསར་དུ་འབྱུངས་  
པ་རྣམས་གོས་བཟང་པོ་གསར་དུ་བགོས་པ་དང་། མེ་ཏོག་རྣམས་སྒྲིས་བྱའི་  
དོ་གལ་དང་། དཔུང་རྒྱན་རྣ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་ཅན་དང་། ཡལ་འདབ་རྣམས་  
སྒྲིགས་ཀྱན་དུ་རྒྱས་པར་བསྒྲོར་བ་འདུག་གནས་ཁང་པར་གྱུར་པ་འདི་མཚར་  
ཏེ། འདི་ལ་འདི་དག་འགོད་འདོད་མེད་ཀྱང་སྒྲིས་བྱས་བྱས་པ་ལས་ཀྱང་  
ལྷག་པར་ཡིད་དུ་འོང་བ་གང་ཞིག་གོས་དང་རྒྱན་སྟེང་ཁང་བའི་རྣམ་པར་བཀོད་  
པ་འདི་མཚར་ཞེས་པའོ། །མདོ་ལས། འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངེས་  
པའི་ཚིག་ །མང་པོ་དག་གིས་དུས་གཅིག་ལུ་ལུས་ན། །སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་ཅིག་

གཅིག་ལ་ཐུགས་ཚུད་ནས། །གསུང་དབྱེད་གཅིག་གིས་སོ་སོར་ཡན་ཡང་  
 འདེབས། །ཞེས་གསུངས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་  
 རྒྱར་དང་བུལ་བར་ཡང་དག་པར་བརྟན་པ་ལས་འཕྲོར་དག་གིས་སྒྲོས་བཏོད་  
 བ་མེད་ཀྱང་དོན་ལ་ངོ་མཚར་བའི་ཉམས་མྱད་དུ་བྱུང་བ་དང་དང་གིས་ལྡན་  
 བར་གྱུར་བའོ། །དེ་ཡང་ཡུལ་ཁྱད་འཕགས་ཀྱི་ངོ་མཚར་བའི་གནས་ལ་བསམ་  
 བའི་ཉམས་ལས་དེའི་འགྱུར་བ་ལུས་ཉམས་སུ་ཐོན་པ་བཞིན་དུངས་ཤིང་ཆོམ་  
 བའི་ཉམས་དང་། སོ་མིག་ཡངས་ཤིང་བ་སྒྲུ་ལྡང་བ་དང་། དག་ཏུ་ཨ་ལ་ལ་  
 དང་། ཡང་ཡང་བརྗོད་བ་དང་། གསང་བསྟོད་དེ་སྒྲུ་བ་སོགས་སོ། །འདིར་  
 ཡང་དཔེར་བརྗོད་པ། མཉམ་ཉིད་བདེ་ཆེན་དབྱེད་ས་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་། །  
 རྒྱང་ཐིག་ཀྱན་བྱུང་སྒྲུ་མའི་རྣམ་རྩལ་གྱི། །ཕན་བདེའི་མཛོད་པ་མཁའ་མཉམ་  
 རྒྱུན་གྱིས་གྲུབ། །ངོ་མཚར་མྱད་བྱུང་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་དེར་འདུད། །ཅིས་པ་ལྟ་བུ་  
 ལ་སོགས་པ་བརྗོད་བྱ་དང་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་མྱད་བྱུང་གི་ཉམས་ཀྱི་བྱུང་  
 བར་གྲངས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དོན་དེ་ལ་ཡིད་ཤིན་ཏུ་ཞེན་ཞིང་མཚར་བ་  
 ལ་ངམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ར་མགོ་ཅན་རམ་པ་མི་འདྲ་བ་ངམ་པའི་རྒྱན་ཟེར་ན་  
 ཡང་དོན་སྒྲུ་མ་དང་འདྲའོ། །བག་ཚབ་འཕེལ་བ་འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་ནི།  
 ཕྱི་མོ་དག་ལ་དག་ཏུ་འབར་བའི་མེ་ལྷེ་མཆེད་ཅིང་འཕྲོ་བ་གནས་པ་ཡི། ལྟ་  
 ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ནི་ཐུག་མཚན་བྲམ་ཟེ་ཞོ་འཐུང་གི་རུས་པ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཕ་ལམ་གྱི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པའི་དོ་རྩེ་ཕྱི་བརྒྱ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་དངོས་

སུ་མཐོང་ན་སྒོས་ཅི་དགོས་ཀྱི། ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཙམ་ན་ཡང་ལྟ་མིན་གྱི་བྱང་  
མེད་དག་གི་མངལ་ན་གནས་པའི་བྱིས་པ་རྣམས་ནི་ས་ལ་ལྷུང་བར་བྱེད་དོ། །  
ཞེས་ཡུལ་གང་གི་རྣམ་པ་ཡིད་ལ་བྱས་པས་བཟོད་པར་དཀའ་ཞིང་འཛིགས་  
སུ་རུང་བའི་ཡིད་ཉམས་སྒྲིས་པ་ལས། ལུས་འདར་བ། སྤྱིང་གཡོ་བ། མཚུ་  
རྣམ་པ། ལུས་རེངས་བ། བག་ཡོད་པར་གནས་ཤིང་ལུས་འབུམས་པ་དང་  
དག་རྟབ་པ་སོགས་སྒྲག་པའི་རྣམ་འགྱུར་འབྱུང་བ་དེ་དག་འཛིགས་རུང་ཞེས་  
བྱའོ། །འདིར་དཔེར་བཅོལ་བ་གཞན་ཡང་། གར་དགའི་ཉམས་ཀྱིས་བདུང་  
བཞིའི་བྲག་འབྱུང་ཞིང་། བཞད་པའི་གད་རྒྱུད་སྒྲག་པོས་ས་གསུམ་གཡོ། །  
མཐོང་བས་བགའས་ཆོགས་འདར་ཞིང་བརྒྱལ་མཛད་པ། །ལྟ་ཡི་ལྟར་གྱུར་  
འབར་བའི་དོ་རྩེ་ཅན། །ཞེས་པ་སོགས་དེ་དང་དེ་འབྲུ་རྣམས་སོ། །སྐབས་  
འདིར་སྟན་དག་ཐམས་ཅད་བཅོལ་ཚུལ་ཡིད་འོང་གི་ཉམས་དང་ལྟན་པ་ཡིན་  
ལ། དེ་ནི་སྒྲུང་སྒྲུང་དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཡོན་ཏན་བཅུ་ཡི་ནང་གསེས་སུ་བསྟན་  
ཟིན་པས། འདིར་སྟན་པ་ཡིད་འོང་ཉམས་དང་ལྟན་ཞེས་བཅོལ་བ་དེ་དག་  
སྒྲུང་ཡང་སྒྲོས་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེན། སྟན་པ་དང་དེ་ཡང་ཆོགས་པར་  
དབྱུང་རུང་བའི་ཆོག་སྒྲུར་བས་གྲོང་བཞིན་མིན་པ་ལས་སྒྲིས་པ་གང་ཞིག་ཡོན་  
ཏན་བཅུའི་ནང་ཚན་ཏུ་བཅོལ་བ་དེ་ནི། བཅོལ་བྱ་མ་ལུས་པ་ཡི་ནི་རྫོང་བྱེད་  
སྟན་དག་གི་ཉམས་དག་གི་དབང་ཏུ་བྱས་ཏེ་སྒྱིར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། སྐབས་  
འདིར་ནི་དེའི་བྱེ་བྲག་གར་གྱི་ཉམས་བརྒྱུད་ཀྱི་དབང་ཏུ་བྱས་ཏེ། གནས་དང་

རྟེན་དང་བསམ་པའི་བྱད་པར་བརྒྱད་ལས་སྒྲེས་པའི་རྣམ་འགྲུར་ཡིད་ཡུལ་དུ་  
 སྟོན་པའི་ཚིག་རྣམས་སྟོན་པལ་གྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བསྟན་པས། སྦྱིད་དང་  
 བྱེ་བྲག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བྱིར་སྐྱོས་སྟོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། སྦྱིར་ཉམས་  
 ལ་དགྲ་དང་བཞིར་འདོད་པ་ཡོད་དེ། རིན་ཆེན་མཛོད་ལས། སྒྲེག་དཔའ་མི་  
 སྐྱལ་དག་ཤུལ་དགོད། །འཛིགས་རུང་སྦྱིང་རྩེ་མདུན་བྱུང་ཞི། །ཞེས་དེ་བརྒྱད་  
 གྱི་སྦྱིང་དུ་མ་ཉེས་གསུན་བཅས་དགྲར་བཤད་ཅིང་། གསང་སྐྱེས་ཀྱི་སྐབས་  
 འགར། སྒྲེག་དཔའ་འཛིགས་རུང་སྦྱིལ་གར། །དགོད་གསེ་དག་ཤུལ་གསུང་  
 གི་གར། །སྦྱིང་རྩེ་རམ་ཞི་བྲགས་ཀྱི་གར། །ཞེས་དགྲར་བཤད་ཅིང་། ལུང་  
 གཞན་ལས། སྒྲེག་པའི་རྩེས་སུ་སྤང་བའི་དགོད་པ། དག་ཤུལ་ལས་སྦྱེ་བའི་  
 སྦྱིང་རྩེ། དཔའ་བ་ལས་མདུན་བྱུང་། མི་སྐྱལ་བ་ལས་འཛིགས་རུང་ཞེས་  
 བཞིར་བསྐྱས་པའང་ཡོད་པ་དང་། ཞི་བ་དང་མ་ཉེས་གསུན་པའི་ཚས་སྒྲེག་  
 པར་བསྐྱས་ནས་བརྒྱད་དུ་བསྟན་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་པ་ལས་འདིར་བརྒྱད་དུ་  
 བཤད་དོ། །

བཙུན་གྲུ་པ་དཔའ་ཞིང་ར་རྒྱལ་འཕེལ་བ་གཟི་བཞིན་གྱི་རྒྱན་གྱི་དཔེ་བཞོད་  
 བེ། རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་སྒྲུས་པ་སྐྱད་དུ་འདི་ལྟར། བདག་ནི་ཁྱོད་གྱི་སྒྲོག་ལ་  
 གཞོད་པར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ཁྱོད་གྱི་སྦྱིང་ལ་འཛིགས་པར་མ་བྱེད་  
 ཅིག ཅིའི་བྱིར་ན་བདག་གི་རལ་གྱིས་བྱིར་སྐྱོགས་ནས་འབྲོས་པ་རྣམས་  
 རྣམ་ཡང་གསོད་པའམ་འཛོམས་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བ་སྦྱེས་པུ་

ཕ་རོལ་གཞོན་པ་ལ་དབང་ཡོད་པའི་དྲེགས་སྒྲེམས་དང་ལྡན་པ་འགས། གཡུལ་  
 ཏུ་དག་པོ་གཞན་ཚུར་འཐབ་པར་རྩས་པ་རྣམས་ནི་གཞོམ་པར་དོན་གྱིས་བསྟན་  
 པས་དེ་ལྟར་བཀག་པ་འཇམ། མེད་པར་བྱ་རྩས་པ་བསྟན་པར་བྱས་ནས་འཐབ་  
 མི་རྩས་པར་འབྲོས་པ་རྣམས་ཇི་བདེར་གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་  
 པ་ལ་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་གཟི་བརྗིད་དང་ལྡན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 རལ་གྱི་ཕྱིར་ཕྱོགས་དང་རལ་གྱི་ཞེས་གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དོན་ལ་མི་འགལ་  
 ཡང་། རྒྱ་འགྲེལ་གཞུང་རྣམས་སུ་རལ་གྱི་འོ་སྒྲུབ་དོད་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་  
 མེད་པར་དང་པོའི་གཅིག་ཚིག་ཡོད་པ་སོགས་གྱིས་རལ་གྱི་ཞེས་བཤད་ན་  
 ལེགས་ཞེས་ཁམས་འགྲེལ་དུ་གསུངས། དེ་ལྟར་ན་ཕ་རོལ་པོ་རལ་གྱི་འོ་  
 ཚུར་མི་སྟོན་པར་ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་འབྲོས་པ་པོ་རྣམས་ཞེས་ཕ་རོལ་པོའི་རལ་  
 གྱི་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གང་དུ་ཡིད་མ་ཞུམ་ཞིང་སུ་ལའང་བག་ཚ་བ་  
 མེད་ཅིང་འགན་ལྷ་མེད་པར་གནས་པའི་ཚུལ་བརྗོད་པ་ན། དེས་གཞན་  
 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཞིང་དེ་ལ་ཙོ་འདྲི་བ་གཞན་མེད་པས་དེ་གཟི་བརྗིད་དུ་ལྡན་  
 པ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་དཔེ་བརྗོད་གཞན་ཞིག་བཀོད་པ།  
 ལྟ་མིན་དང་བཅས་སྒྲ་སྒྲིའི་དཔུང་ཆེན་པོས། །བལྟ་བར་བཟོད་དཀའ་དྲག་  
 པོ་ལམོར་ལོ་ཅན། །ཉི་ལྗེའི་མདངས་འཕྲོག་གཟི་བརྗིད་རབ་འབར་དེས། །  
 ས་ཀུན་རང་དབང་མཛད་ལ་དཀའ་བ་ཅི། །ཞེས་དང་། རྒྱ་ཆེ་རོལ་པར། འདི་  
 བོ་ཤིང་དབང་མཚོག་ཏུ་དྲུང་པའི་གྱད། །དཔུང་བཅས་བདུད་ནི་རྒྱལ་མཚན་



མེད་བཅས་པ། །ནག་པོའི་ཕ་ལག་བྱམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛོམས། །སྒྲུབ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཞི་བར་འཛང་ཡང་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་དོན་གྱི་དབང་གིས་གཟི་བཞིན་གྱི་རྒྱན་དུ་རུང་ལ། མད་བྱང་གི་ཉམས་གྱི་དཔེ་བཞིན་དུ་ཡང་རུང་ངོ། །

ཉི་ཤུ་བརྒྱམ་གྲངས་བཞིན་པའི་རྒྱན་ལ། རྒྱན་གྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ་དང་། དེ་དཔེར་བཞིན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། སྒྲོ་ལ་བསམ་པ་མཛོན་པར་འདོད་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཏུ་དངོས་སུ་མ་བཞིན་པར་དོན་དེ་ཉིད་འབྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་གཞན་དག་ཐབས་མཐས་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་གྲངས་བཞིན་པར་འདོད་དེ་བརྒྱད་ནས་ཕན་པར་རམ། ཐབས་ཀྱིས་ཕན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་དེའི་དཔེ་བཞིན་ནི། ས་ཏ་ཀཱ་འའི་ཞེས་ཨ་མའི་སྟེ་མ་རྣམས་གཞན་གྱིས་གསོས་པར་གྲགས་པ་ཁུ་བྱུག་འདིས་ཟ་བར་བྱེད་འདུག་གིས། དེ་ནི་བདག་གིས་བསྒྲོག་པར་བགྱི་བའི་སྒྲིད་དུ་འགྲོ་ཡིས། ཁྱེད་གཉིས་གནས་འདིར་དལ་བར་བག་སྐྱབས་ལ་འདུག་པར་མཛོད་ཅིག ཅེས་སོ། །དེའི་དོན་ཅི་ལ་ཕན་སྟམ་ན། གྲོགས་མོ་དང་སྦྲེས་ཕྱན་པལ་པ་བླད་པར་བྱས་ནས་འདུག་པ་ལ་དེ་དག་དུས་སར་ཞེས་ཕན་ཚུན་ཆད་བྱས་ཏེ། དེར་འོང་བ་གཤམ་ནས་གནས་དེར་དགའ་བ་ཡི་དགའ་སྟོན་ལའི་གཤམ་པ་སྒྲུབ་ཏུ་གཞུག་པར་འདོད་པས་བྱད་མེད་འགའ་ཞིག་གནས་དེ་ནས་སོང་བར་གྱུར་ངོ། །དེ་ལྟར་ཁུ་བྱུག་བསྒྲོག་པའི་ཟོལ་གྱིས་བྱད་མེད་དེ་གཞན་དུ་སོང་བ་དེ་ཉིད་དེ་གཉིས་གྱི་

ཆགས་སྒྲིབ་ཚུམ་པ་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་སུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །  
ཉེར་གཅིག་པ་ཀུན་རྒྱ་ཕན་པའི་རྒྱན་ལ། རྒྱན་དེའི་རང་བཞིན་བརྟན་པ་དང་།  
དེ་དབུས་བརྗོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཚུམ་པ་ལ། ཚུམ་  
པ་པོ་དེའི་ཁ་རྗེའམ་སྐལ་བའི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་། བྱ་བ་གང་ཚུམ་པ་དེའི་སྐྱབ་  
བྱེད་ཐུན་སུ་མཆོག་ས་པ་གང་ཞིག་དེ་ཡི་སྐབས་སུ་གྲོ་བུར་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་དེ་  
ནི་ཀུན་རྒྱ་ཕན་པར་བརྗོད་དོ། །གཉིས་པ་དབུས་བརྗོད་པ་ནི། གྲགས་པོ་ལ་  
མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་གཞིམ་ཕྱིར་བུད་མེད་དེའི་རྒྱུ་པ་དག་ལ་བྱུག་འཆའ་  
བ་དག་བརྩམ་པ་ན་བདག་ལ་ཕན་ཕྱིར་རང་གི་སྐལ་བ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲུག་  
གི་སྐྱེ་ནི་བྲགས་པར་བྱུང་དོ། །ཞེས་བྱུག་འཆའ་མ་དགོས་པར་འབྲུག་གི་སྐྱེ་  
བྲགས་པས་བུད་མེད་དེ་ཆགས་པ་དང་ཕན་པས་རྩྱུར་བུད་པར་བྱུང་དོ་ཞེས་  
སྐུ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །འདི་ལ་འད་དཔེ་བརྗོད་གཞན་འགོད་ན། ལྷིང་  
རྗེས་མིག་སོགས་གཞན་ལ་བཏང་བ་ཡིས། །དེ་ལྟས་ཉམས་པས་གཞན་དག་  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ། །མཐོང་ནས་དེ་ཆོ་རྒྱལ་སྐྱས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས། །བདེན་པའི་  
ཆོག་གིས་དེ་མ་ཐག་རྒྱ་སོས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
ཉེར་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་ངོ་བོ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དབྱེ་བ་དབེས་  
བརྗོད་པ་གཉིས། དང་པོ་བསམ་པ་འམ་ནི་ཡང་ན་འབྱོར་བ་ཡི་ཡོན་ཏན་  
ཆེན་པོ་ཉིད་ནི་གཞན་ལས་འཕགས་པ་སྤྲོན་མེད་པ་གང་ཞིག་བརྗོད་པ་  
དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་པ་ཡི། རྒྱན་རྒྱ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད། ཅེས་

སོ། །དེའི་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས། བསམ་བ་རྒྱཆེ་བའི་རྒྱན་ནི། སྒྲིན་  
 བའི་རྒྱལ་པོ་རྩ་བ་ཆ་སྟེ་སྒྲ་སྒྲོག་གི་བྱ་ཞེས་བ་མགྲིན་བ་བཅུ་ཡོད་བ་དེ་ལ་  
 ལྟ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོས་ས་གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཆེན་པོའི་དངོས་  
 གྲུབ་བྱིན་པས། འཇིག་རྟེན་གསུམ་བཅས་དུ་བྱས་བ་དེ་ཡི་མགོ་གཙོད་པའི་བྱ་  
 བའི་ཁྱད་ཆེན་པོ་ཡང་སྒྲོས་བརྗོད་པར་རྟུག་པ་ཡི། རྩ་བ་ཆ་ཞེས་དགའ་བྱེད་  
 དུ་གྲགས་པ་ར་སྤྱིའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་བྱ་དེས། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་རུ་གྱུར་  
 བ་རང་གི་ཡབ་ཤིང་རྩ་བ་ཆ་ཡིས་ཁྱོད་རྒྱལ་སྤྱིད་པོར་ལ་ཆུང་མ་སྤྱི་རྒྱ་དང་  
 བཅས་བ་ནགས་སྤྱ་སོངས་ཤིག་ཅེས་བ་ཡི་བཀའ་གནང་བ་དེ་ལས་འདའ་རུས་  
 བར་མ་གྱུར་ཏེ་ནགས་སྤྱ་སོང་ངོ་ཞེས་བ། སྤྱིར་སྒྲིན་པོ་མགྲིན་བཅུ་བསད་བ་  
 ལ་མི་ཁྲུམ་པའི་སྒོ་ཅན་དེ་ལྟ་བུས་ཀྱང་ཡབ་ཀྱི་བཀའ་དང་དུ་སྒྲངས་ཏེ་རྒྱལ་  
 སྤྱིད་པོར་ནས་ནགས་སྤྱ་འགོ་བའི་བསམ་བ་རྒྱཆེ་བའོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་  
 དག་སྦྱོར་དེ་ནི་བསམ་བ་རྒྱཆེ་བ་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ནོ། །འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཞག་  
 མང་པོར་འཆད་སྟོལ་རྒྱག་ར་དུ་བྱུང་བར་གྲགས་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ཅུམ་བརྗོད་  
 བ། སྒྲིན་པོ་རྩ་བ་ཆ་དེས་ལྟ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་  
 གྲུབ་པས་རང་ཉིད་ལ་མགོ་བཅུ་ཡོད་བ་རེ་རེ་ནས་བཅད་བ་སྒྲིན་སྟེག་ཏུ་སྤུལ་  
 ཏེ། མགྲིན་པའི་ལྷག་མ་ཅུམ་རེ་ལུས་བར་བྱས་པས་དེར་ཡང་ལྟ་མགྲིན་  
 བཅུར་གྲགས། དེའི་བྱ་དགའ་བའི་སྤྱིང་སྟོབས་ཆེན་པོ་དེ་ལ་དབང་ལྷག་ཆེན་  
 པོ་མཁྱེན་ས་ལྟོ་ལ་ལུ་མ་ཁྱོད་སོང་ལ་དངོས་གྲུབ་བྱིན་ཅིག་ཅེས་བསྒྲོ་བ་ལྟར།

དེ་དེའི་གན་དུ་སོང་ནས་རི་འདོད་སྦྱིན་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། བདག་ལྟར་  
མེད་ལས་དངོས་གྲུབ་མི་འདོད་ཅེས་སྒྲིམ་པ་ལ་ཡུ་མ་ཁྲོས་ནས་མ་འོངས་པ་  
ན་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་ལྟར་མེད་ཀྱིས་འཛོམས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་ནས་  
ཕྱིར་སོང་ངོ་། །སྤྱིར་ཡང་ལྷ་ཆེན་པོས་རང་གི་སྤྱི་བར་པ་སྤྱེའུའི་གདོང་ཅན་  
མངགས་པས་དངོས་གྲུབ་ཅི་འདོད་དྲིས་པ་ལ། རྒྱེའུ་ལས་དངོས་གྲུབ་ལེན་  
པར་མི་འདོད་ཟེར། དེ་ཡང་ཁྲོས་ནས་མ་འོངས་པ་ན་ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་སྤྱེའུ་  
བརྒྱུག་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་ནས་སོང་ངོ་། །དེ་ནས་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་  
རང་ཉིད་བྱོན་ནས་དེའི་མགྲིན་པ་རྣམས་སྤྱིར་ཡང་མགོ་བོ་དང་ལྷན་པར་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབས་ནས་དབུས་ཀྱི་རྟ་མགོ་མ་བཅད་པར་འཛིབ་མེད་པ་དང་། ས་  
གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཆེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་བྱིན་པས་འཛིག་རྟེན་གསུམ་  
བྲན་དུ་འཁོལ་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་གཞོན་པར་བྱེད་པ་བྱུང་འཇུག་གི་འཇུག་པ་  
བཅུ་ཡི་ནང་ཆོན་རྩ་མ་གཉིས་ལས་སྦྱི་མར་འདོད་པ་དག་འབྱེད་རྩ་མ་ཆ་ཞེས་  
བྱ་བ་དེ་ནི། ར་སྦྱ་ཞེས་པ་རིགས་ཀྱི་མིང་ཡིན་པས་འདི་ལ་ར་སྦྱའི་སྤྱི་ཡང་  
ཟེར་རོ། །དག་འབྱེད་རྩ་མ་ཆ་དེའི་ཡབ་ནི་རྒྱལ་པོ་གིང་རྟ་བཅུ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
དེ་ཡིན་ཞིང་། དེས་རྩ་མ་ཆ་ལ་སྦྱས་པ། ར་སྦྱོན་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་གཡུལ་འགྲེད་  
པའི་སར་བྱིན་ཏེ་ལྷའི་ཕྱོགས་བརྒྱད་ནས་ལྷ་མིན་དང་འཐབས་པས་ལྷ་མ་ཡིན་  
གྱི་མཚོན་ཆ་མང་པོ་བའི་ལུས་ལ་བྱུག་པའི་སྒྲ་ཡོད་པ་དེ། གྲོང་བྱེད་འཐབ་པ་  
མེད་པ་ཞེས་བྱ་བར་བའི་རྒྱུད་མ་གཤིག་མས་གསོས་པའི་བྱ་དག་འལ་གཤིག་མའི་

ལུ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་བོ་རྩ་ར་ཏ་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱེས་ཐུན་ཐུན་པ་ལས། རྩ་མ་ཏ་ཁྱོད་རང་གི་  
 རྩ་མ་སྤྱི་རྩ་དང་བཅས་པ་ནགས་སུ་སོངས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་པ་ན། བྱ་  
 དཀའ་བ་དེ་ལྟ་བུ་དང་དུ་ལེན་པའི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པ་དེ་རྩ་མ་  
 དང་བཅས་པ་ནགས་སུ་སོང་རོ། །འདིའི་རྩ་མ་སྤྱི་རྩ་ཞེས་པ་དེ་ནི། སྤྱི་  
 ཡུལ་དུ་བུ་མོ་མཚར་སྤྱད་ཅན་ཞིག་སྤྱེས་པ་དེ་ཉིད་ཡུལ་དེར་བཞག་ན། ལྟའི་  
 ཁྱོད་བརྒྱལ་པའི་མཚན་མ་གར་བས་བུ་མོ་དེ་ཟངས་སྒྲོམ་དུ་བརྟུག་ནས་རྩ་  
 ལ་བསྐྱར་བ། འཛམ་བུའི་གླིང་དུ་ཞིང་ལ་རྩ་དངས་པའི་སྒྲོམ་རོལ་གྱི་ནང་དུ་  
 ཁྱིམ་བྱང་བ་ཞིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོམ་དེ་ཁ་བྱེས་ནས་བལྟས་པས་བུ་མོ་ཁྱོད་  
 འཕགས་ཤིག་འདུག་པ་དེ་ཉིད་འཛམ་བུའི་གླིང་གི་རྒྱལ་པོ་གིང་རྩ་བཅུ་པའི་  
 སྤྱི་རྩ་རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཏ་ལ་བཅུན་མོར་ཡུལ་བས་མཉེས་ཤིང་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་  
 བྱིན། དེའི་མིང་ཞིང་བ་རྣམས་ཀྱིས་རོལ་ནང་རྟེན་པས་རོལ་རྟེན་མའམ་སྤྱི་རྩ་  
 ཞེས་པར་གྲགས་སོ། །

རྩ་མ་ཏ་སྤྱི་རྩ་དང་བཅས་པ་ནགས་སུ་ཅེ་དགའ་ལ་རོལ་ཞིང་གནས་པ་ལས།  
 ལན་གཅིག་གི་ཆེ་སྤྱི་རྒྱལ་སྤྱི་གི་བུ་དེས་འཛམ་གླིང་འདི་ན་བུ་མོ་སུ་  
 མཛེས་བརྟགས་པ་ལས། སྤྱི་རྩ་ཁོ་ན་མཛེས་པར་མཐོང་ནས་དེ་འཕྲོག་པའི་  
 བྱིར་སྤྱི་མོ་སྤྱི་བྱིད་མ་ཞེས་པ་ཆེན་པོ་ལ་འོས་པའི་བགས་པ་ཅན་གྱི་རི་དྲགས་  
 ཞིག་ཏུ་སྤྲུལ་པ་དེ་རྩ་མ་ཏ་སྤྱི་བཟུང་བར་འདོད་ནས། སྤྱི་རྩ་ལ་ཁྱོད་རམ་  
 སྤྱི་བས་བར་དུ་འོད་ཀྱི་ར་བས་བསྒྲོར་བ་འདི་ལས་འདས་ནས་མ་འགོ་ཞིག་

གལ་ཏེ་སོང་ན་ཆོའི་དུས་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དམོན་པོར་ནས་འོད་གྱིར་  
བས་བསྐྱོར་ནས་བཞག་གོ། །རང་ཉིད་རི་དྲགས་དེའི་རྗེས་བསྐྱེད་བཞིན་རྒྱ་  
མཆོའི་མཐར་ཐུག་པར་འདོད་དུ་བྱིན་པའི་ལྷུང་དུ། སྤྱིན་རྒྱལ་རྩ་བ་ཆ་བཅས་  
ཟེའི་གཞུགས་སུ་སྤྱུལ་ནས་སྤྱི་དྲུག་པར་བརྩམ་པ་ན། རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆ་བདེན་  
ཆོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་ལས་འདའ་བར་མ་རུས་ཆོ། སྤྱིན་པོའི་རྩུ་འཕུལ་གྱིས་  
སྤྱི་དྲུག་འོད་གྱི་དྲུ་བ་དང་བཅས་པའི་ས་གཞིའི་ཁྱོན་དེ་ཁྱེར་ནས་སྤྱིན་ལུལ་དུ་  
སོང་བར་གྱུར་ཏོ། །རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆས་རི་དྲགས་དེ་རི་ཙམ་བདས་ཀྱང་མ་ཟེན་  
པས་མིག་བསྐྱར་བ་ཡིན་པར་གོ་ནས་སྤྱིར་རང་གནས་སུ་ལོག་པ་ན། སྤྱི་དྲུ་  
ས་གཞི་དང་བཅས་པ་འབོད་སྒྲོག་གིས་ཁྱེར་བར་རིག་ནས་རྗེས་བཅད་དེ་  
བྱིན་པ་དང་། ལུང་ལོ་ཁ་དོག་ཁམ་སྒྱུ་དྲིང་ཁིང་རྒྱངས་པ་འཁུབས་པ་གཅིག་  
དང་འཕྲད། དེ་གནས་འབབ་པ་ལྟར་བྱིན་པས་ལུང་བ་དེའི་ཐུན་སྒྲེའུའི་རྒྱལ་  
པོ་བྲུ་ལི་དང་མགིན་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་དམག་གི་ཆོགས་དང་བཅས་ཏེ།  
རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་མ་འཆམ་པར་གཡུལ་འགྱུད་པའི་ངལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་དུལ་གྱིས་  
རྒྱོག་པའི་ཁྱུ་ཡིན་པར་འདུག། དེར་བྱིན་པས་སྒྲེལ་རྒྱལ་མགིན་བཟང་གིས་  
དེད་རྒྱམས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཀྱི་དོན་དུ་འཐབ་པ་ཡིན། ད་ཉི་མ་གསུམ་ནས་ཁོ་རང་  
རྒྱལ་བར་འགྱུར་བས་ཁྱོད་དེད་ཀྱི་གོགས་བྱ་བར་རིགས་ཟེར་བ་ལ། དགའ་  
བྱེད་དེ་ནི་མདའ་འཕང་ཆོད་ཐོག་པ་དང་། ཐོག་ཆོད་འཆི་བ་དང་། ཤི་ཆོད་  
ལྟར་སྒྲེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། དེས་མདའ་འཕངས་ཏེ་སྒྲེལ་རྒྱལ་

བྱ་ལི་གསོད་པར་ཁས་བླངས་སོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ཉི་མ་དང་པོར་སྤྱེལ་ཏེ་དམག་  
འཐབ་པའི་ལྟ་དམོར་གཡེང་པས་ལུས། གཉིས་པར་དེ་གཉིས་དབྱེ་བ་མ་ཤེས་  
ནས་མདའ་མ་འཕང་། ཉི་མ་གསུམ་པ་ལ་དེ་གཉིས་མི་འབྲུལ་བའི་རྟགས་  
སྒྲུབ་གྱིན་བཟང་གི་དབྱལ་བ་ལ་མེ་ལོང་བརྟགས་ཏེ་འཐབ་པ་ན། དགའ་  
བྱེད་ཀྱིས་མདའ་འཕངས་པས་བྱ་ལི་བསད་ནས་མགྱིན་བཟང་གིས་རྒྱལ་སྤྱིད་  
ཐོབ་པར་བྱས་སོ། །དེ་ནས་མགྱིན་བཟང་དེས་དགའ་བྱེད་ཀྱི་རི་འདོད་རྒྱལ་  
པར་ཁས་བླངས་པ་ལ། དེ་ལྟར་ན་ཁོ་པོའི་རྒྱུ་མ་སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་པོས་ཁྱིམ་བ་  
ལོངས་ཤིག་ཅེས་བྱས་པ་ལས། མགྱིན་བཟང་ན་རེ། བདག་ལ་སློན་པོ་ཁྱད་  
པར་ཅན་ཉལ་མཆོག་ཞེས་ཡོད་པ་དེ་དང་གོས་བྱ་བར་འོ་སྒོལ་ཐབས་ཅིག་གཤེགས་  
ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་དེར་བྱིན་པ་དང་། རི་ལུང་ཐམས་ཅད་སྤྱེལ་གང་བའི་  
ཁྱོད་ན། རྒྱལ་སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་གས་ཙམ་མ་གཏོགས་དབང་རྒྱལ་ཆེན་པོའི་ལུ་བར་པ་  
སྤྱེལ་ཏེ་གདོང་ཅན་ཡིན་པར་གྲགས་པ་སྤྱེལ་མིག་གསུམ་པ་ཞིག་འདུག་པ་ལ།  
མགྱིན་བཟང་གིས་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་དེ། རྒྱལ་པོ་འདིའི་བྱིན་ལན་བསད་  
བྱིར་སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་གས་ཐབས་ཅི་ཡོད་ཅེས་བྱས་པ་ན། དེས་ཡུད་ཙམ་བསམ་  
ནས་དོན་དེ་བསྒྲུབ་པའི་བྱིར་དང་པོ་སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་གས་ལུལ་བརྟག་པའི་ཆེད་  
དུ་མཆོངས་པ་གཅིག་བྱས་པས་ཉ་ཅང་ཐལ་ནས་རྒྱུད་ལྟའི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་  
སྤྱེབས། དེ་ནས་བྱིར་མཆོངས་གཅིག་བྱས་པས་ལྟ་བུ་རིར་སོན་ཏེ་བལྟས་  
པས། སྤྱི་ལྟ་སྤྱི་གས་དང་བཅས་པ་བཟང་ཤིང་གི་ར་བ་ན་བཅོན་དུ་འདུག་པ་

མཐོང་། དེའི་ཀྱུ་མཆོན་གཞན་དག་ལ་དྲིས་པས་འདི་བདག་ཅག་གི་རྒྱལ་པོ་  
ལ་མ་དད་པས་བཅོན་དུ་བྱས་ཟེང་། དེ་ནས་དེ་སྤྱི་དུང་དུ་སོང་ནས་བདག་  
རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆས་བཏང་བ་ཡིན། བྱོད་ཀྱང་ང་དང་མཉམ་དུ་འགོ་བྱས་པས་  
དེ་ཡིད་མ་ཆེས་བ་ལ་ལག་དྲགས་སུ་རྒྱལ་པོའི་སོར་གདུབ་བསྟན། དེར་སྤྱི་  
དུས་བདག་འབྲོས་ཅི་ལ་བྱུང་། རྒྱལ་པོ་རང་ལ་མཐུ་ཡོད་ན་སྟོན་ལ་སྤང་བར་  
རིགས་སོ་ཞེས་སྤོན་བསྐྱར་བ་བྱིར་ནས་མཆོངས་གཅིག་གིས་རྩ་མ་ཆའི་མདུན་  
སར་བྱིན། ཀྱུ་མཆོན་ནམས་རྒྱལ་པོ་ལ་གསོལ་བས་རྒྱལ་པོས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
སྤྱེའུའི་དམག་ཆེན་པོ་བསྐྱས་ནས་ཀྱུ་མཆོ་ཆེན་པོའི་འགམ་དུ་སོང་སྟེ། དང་  
སོང་ཆེན་པོ་གོག་མཁར་བ་ལ་ཀྱུ་མཆོན་སྟོན་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ཅི་འདྲ་ཡོད་  
ཅས་དྲིས་པས། དབག་ཚད་བརྒྱ་ཡི་བྱོན་ཡོད་པའི་ཉེ་མི་ཞེས་པ་རྩ་སྤོན་ཉ་  
མིད་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱང་མིད་པར་བྱེད་ཅུས་བ་དང་། དེ་ཡང་མིད་ཅུས་བ་སོགས་  
གདུག་པའི་སེམས་ཅན་དུ་མ་ཡོད་པར་སོས། དེ་ནས་ཀྱུ་མཆོན་ལ་སྤྱེལ་དམག་  
སྤྱེལ་ནས་ཟམ་བྱས་པར་བརྟེན་ནས་དགའ་བྱེད་སྤོན་ཡུལ་དུ་བརྟོལ། དེང་  
སང་ཡང་ཟམ་པའི་ཤུལ་ཡོད་ལ། དེར་རྒྱ་གར་གྱི་བ་རྒྱམས་ཀྱིས་གནས་ཆེན་  
ཞིག་ཏུ་བརྩི་ཞིང་མངལ་བར་འགོ་བའི་སྤོན་ཡོད། སྤོན་པོའི་བྲག་གིས་སྤྲག་  
བ་ཡིན་ཟེར་བའི་ས་རྩོའི་རྒྱང་ཐམས་ཅད་དམར་པོར་ཡོད་པ་འདིའི་མིང་སེ་  
ཏུ་བརྒྱ་ར་མེ་ཤུ་ར་ཞེས་གྲགས་ཏེ་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཀྱུ་མཆོའི་འགམ་ན་  
ཡོད་དོ། དེ་ནས་རྩ་མ་ཆས་སྤོན་རྒྱལ་གསོད་པར་བརྩམ་བ་ན། དེའི་ཕོ་བྲང་



བསྐྱ་རྒྱལ་དང་མ་ཀླད་ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུབ་ཚོགས་པའི་ཁམས་ལས་གྲུབ་  
 པའི་གཞུང་མེད་ཁང་གིན་ཏུ་དྲངས་པའི་ཕྱི་གཞི་སྒྲུབ་ཀྱི་མགོ་བརྒྱུད་འེ་  
 གཞུགས་བརྟན་བརྒྱུ་ཡག་ཏུ་གར་བ་སྒྲིན་གྱི་དངོས་དང་གིན་ཏུ་འདྲ་ཆེས་  
 བས་སོ་སོར་མ་བྱེད་པའི་ཆེན། སྤེལ་མོ་ཨ་རྒྱ་ནའི་བུ་ཉ་ལུ་མ་རྒྱས་སྒྲོས་ཞིབ་  
 མོར་བརྟགས་པས་སྒྲིན་གྱི་དངོས་ཀྱི་གཞུགས་གང་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དེ་ལ་  
 དགའ་བྱེད་ཀྱི་མདེལ་སྒྲིབ་ཅན་ཀྱི་མདའ་འཕང་བས་དབྱས་ཀྱི་རྟ་མགོ་བཅད་  
 དེ་སྒྲིན་པོ་བསད། དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་སྒྲིན་པོ་བྱེ་བ་དཔག་མེད་བསད་  
 པའི་སྤྱི་སྒྲིབ་ཏུ་ཚེད་དུས་འདིར་བྱུང་འདུག་སངས་གྲུས་ཀྱི་གཞུགས་སུ་སྤྱུལ་  
 བས་དགོ་བརྒྱུ་སོགས་ཀྱི་ཆོས་བརྟན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱེ་རོལ་པའི་བུ་ཟེ་དག་  
 འཆད། སྒྲིན་པོ་རྒྱ་ཁའི་བུ་བེ་རྟེན་ཞེས་པ་དེའི་ཚུལ་ཏུ་ད་རྟ་སྒྲོབ་དཔོན་  
 ཆེན་པོ་བསྐྱ་འབྱུང་གནས་སྒྲིན་པོའི་གྱུ་པོར་མཛད་དེ་སྒྲིན་པོའི་ཁ་གཞོན་ཏུ་  
 བཞུགས་པར་གྲགས། དེ་ནས་ཉ་ལུ་མ་རྒྱས་བཟའ་གིང་གི་ར་བར་བྱིན་ནས་  
 འབྲས་སུ་ཅན་ཀྱི་སྒྲོན་གིང་མང་པོ་ཕྱེ་ས་ལ་བཙུགས་ཏེ་བཞག་པས་སྒྲིན་པོ་  
 ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་ཉ་ལུ་མ་རྒྱས་གསོད་པར་བརྩམ་པ་ན། དེས་  
 དེ་རྣམས་ལས་ཐར་བར་སྤར་ཡང་གཡོ་སྤྱིའི་རིག་པ་སྒྲོན་བྱིར་ཁོང་རྣམས་ལ་  
 ཟིན་ཏུ་བཙུག་སྟེ། བྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་འདི་ན་བྲིམས་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་རང་  
 གི་བྲིམས་ལུགས་བཞིན་སོད་ཟེར། བྱེད་རང་གི་བྲིམས་ལུགས་གང་ཡིན་  
 དེས་པས། བདག་གི་མ་ཡི་བྲིམས་ལུགས་སུ་གསོད་ན་བང་མཛོད་ཏུ་བཙུག་

སྟེ་ཟས་བཟར་རུང་ཚད་བྱིན་དང་དེས་མགྱིན་པ་ལགགས་ནས་བདག་འཛིན། །  
 ལའི་ལུགས་སྟུགས་མོད་ན་མཐུག་མ་ལ་ཉི་ལ་མར་གྱིས་སྟགས་པའི་རས་དྲིས་  
 ལ་མེསྟོར་ཅིག་ཟེར་བས། ལའི་ལུགས་སྟུགས་མོད་པར་གྲོས་མཐུན་པར་གྱུར།  
 དེར་སྟེའུ་འཆི་བ་བྱེད་ནམས་གྱིས་མཐོང་ན་ཉྟས་ངན་ཡིན་པས། རང་རང་གི་  
 ཁྱིམ་དུ་ཡིབས་ཟེར་བ་ལྟར་བྱས་པས་ལྟ་བུ་རི་གྲོང་བྱིར་སྟམ་བཅུགས་ལ་  
 ཆའི་ལུགས་རི་དང་བཙས་པ་མཐུག་མའི་མེས་སྐད་ཅིག་ལ་བསྟེགས་པར་བྱས་  
 མོ། །དགའ་བྱེད་གྱིས་སྟེ་ཐོབ་ནས་རང་ཡུལ་དུ་འོང་ཆེ་སྟེན་ཡུལ་ངོས་གྱི་  
 ཀྱུ་མཆོ་ཆེན་པོ་གཞུ་མཆོག་གིས་དཀྱུགས་ཤིང་བསྐྱོར་ནས་བཞག་པས་ལྟ་ཉི་  
 མཐུས་མཆོ་གྲོང་དུ་འབྱེལ་བས་བྱིས་མི་ཡུལ་དུ་དེ་ནས་ཚུར་གྱུ་བཏང་ཡང་  
 མི་འགོ་བར་སྐར་ལྟོག་པས་མི་ཡུལ་དུ་སྟོན་པའི་གཞོན་པ་མི་འབྱུང་བ་དེའི་  
 མཐུས་ཡིན་ཞེས་གྲགས། དེ་ནས་བྲོས་པས་ཐར་བ་དང་སྟོན་པོ་འགས་རྒྱ་བ་  
 ར་དེའི་རུ་བོ་ཀུལྷ་ཀཱ་ཞེས་པའི་དྲང་སྟོང་བསམ་གཏན་པ་དེའི་ན་བར་ཁོ་ཆུ་  
 གྲུགས་པས་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་སད་པར་བྱས་ཏེ་རྒྱ་བ་ར་བསད་པ་སྟགས་ལོ་  
 རྒྱས་ནམས་སྟམ་པས། དེའི་སྟེ་སྟེའི་རྒྱང་རུབས་པ་ཅམ་གྱིས་དགའ་བྱེད་དང་  
 ཏ་རུ་མཆོ་གཉིས་མ་གཏོགས་སྟེ་དྲང་སྟེའི་དམག་ཐམས་ཅད་ཀའང་རུས་སྟུ་  
 མོང་། དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོམས་ནས་སྐར་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་ཞུགས་མོ། །

དེར་དགའ་བྱེད་གྱིས་རི་བོ་གངས་ཅན་དུ་དེ་ནམས་གསོ་བའི་སྟོན་ལེན་པར་  
 ཏ་རུ་མཆོ་བཏང་བས་སྟོན་ཞོར་བ་ལས། སྐར་ཡང་ལེན་དུ་བཏང་བས་རི་བོ་

གངས་ཅན་ཉིད་ཁྱེད་ཏེ་བྱུང་ནས་སྒྲུབ་གང་ཡིན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚོལ་ཅིག་ཟེར་དགའ་  
བྱེད་ཀྱིས་རི་གངས་ཅན་དེ་ལས་སྒྲུབ་བཅའ་ནས་སྒྲུབ་དེས་གོང་རུས་སུ་སོང་  
བ་ཐམས་ཅད་སྒྲར་བཞིན་གསོས་ཟིན་པས་ཏ་རུ་མཛུ་ལ་རི་བོ་གངས་ཅན་  
འདི་སྒྲར་གྱི་རང་གནས་སུ་སྒྲོལ་ཅིག་བྱས་པ་དང་། དེས་ཆོགས་ཆེ་ཟེར་ནས་  
འཕངས་པར་བྱས་པས་སྒྲར་བྱལ་དུ་སོང་ཡང་རི་རྩུང་ཟེད་ཡོ་ཞེས་གྲགས།  
རི་དེ་ལས་གངས་ཀྱི་ཚོལ་དུ་མ་ཞིག་ཆད་པ་རི་ཏི་སེ་ཡིན་ཞེས་དྲར་སྒོར་གྲོག་  
མཁར་པས་སྒྲུབ། །དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་དགའ་འབྱེད་སྤྱི་དྲུང་དང་བཅས་པ་མེ་ཏོག་  
ཅན་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱུའི་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་ཞུགས་ཏེ་གནས་པ་ལ་རུ་པོ་རྩ་ར་ཏ་  
སོགས་ཀྱིས་མཚོན་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གོང་ཁྱེད་འཐབ་  
པ་མེད་པར་གཤེགས་ཏེ་སྤྱིད་པའི་བདེ་བ་ལ་རོལ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་གཏམ་  
རྒྱུད་དུ་གྲགས་སོ། །དེ་རྩུར་རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆའི་བསམ་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་  
འདིས་མཚོན་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་བ་དེ་བས་ཀྱང་  
རྒྱ་ཆེ་བའི་གོ་ཆ་བགོས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲན་དག་ཏུ་སྒྱུར་བ་སྒྲེས་རབས་སོགས་  
ཀྱིས་མཚོན་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་ཆེ་བ་བརྗོད་ན་ཡ་མཚན་པའི་འོས་སུ་འགྱུར་  
རོ། །འཕགས་པ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། ལྷ་ཀྱའི་རྒྱལ་བུ་དོན་ཐམས་ཅད་བྱུབ་  
པ་ཉིད་ཀྱི་གྲགས་འཛིན་མའི་དོན་དུ་སྒྱུ་རྩལ་བསྟན་པའི་ཆོ་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཆེད་དུ་བརྗོད་པ། ལྷན་པོ་རི་རབ་རྩོམ་ཁོང་ལྷག་ཅན། ཁྱོགས་བཅུ་དག་  
ན་རི་གཞན་གང་ཡོད་པ། །ལག་བས་མཉེས་གིང་མེག་མེད་བྱེར་རྩོག་ན། །

མི་ལུས་སྒྲིང་པོ་མེད་པ་མཆར་ཅི་ཆེ། །ཞེས་གསུངས་པ་འདྲ་བུ་གས་ཀྱི་ཆེ་བའི་  
ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཏུ་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་ནང་གི་ཡོན་ཏན་སོ་སོ་ཀྱི་ཆེ་  
བའི་རྣམ་པས་བརྗོད་ན་དེ་དང་དེའི་རྒྱ་ཆེའི་རྒྱན་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་སྤྱི་རོལ་གྱི་འབྱོར་པ་ཀྱི་ཆེ་བའི་རྒྱན་ནི། རྩ་ཤེལ་དང་ཡིན་ཏེ་ལ་  
བརྒྱ་རྩ་ག་མཁུད་སོགས་རིན་ཆེན་སྣ་ཆོགས་པའི་རྩིག་པ་ལ་འཕྲོས་པའི་རང་  
འདྲའི་གཟུགས་བརྒྱན་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱར་བར་གྱུར་པ་ཡི་ལྟའི་དབང་ལྷག་ནི་  
ལྟ་སྤྱིན་པོའི་མིང་ཡིན་ལ། དེའི་དབང་ལྷག་གམ་བདག་པོར་གྱུར་པ་རྩ་བ་  
ཆ་མཁྱེན་བཅུག་པའི་བའི་པ་དེ་ནི་འདི་ཁོ་ནའོ་ཞེས་སྤྱི་ལོ་ཡི་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་  
བས་ཤེས་པར་བྱས་སོ་ཞེས། སྤྱིན་ཏུ་སྤྱོད་གསལ་ཞིང་སྤྱི་ལོ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་ལྟ་  
ཀྱང་བདེ་སྤག་ཏུ་འབྱེད་མ་རུས་པར་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་པའི་དཀའ་བས་ཤེས་  
དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཁང་བཟང་གི་འབྱོར་པ་ཀྱི་ཆེན་པོ་བརྗོད་པའོ། །དེ་ལྟར་  
ཆོགས་བཅད་ལྟ་མར་རྩ་མ་ཆའི་བསམ་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་བ་དང་། སྤྱི་ལོ་  
འདིར་ནི་སྤྱིན་པོ་རྩ་བ་ཆའི་ཁང་བཟང་གི་རྣམ་པ་བརྗོད་པས་མངོན་པར་འབྱོར་  
བས་བསྐྱེད་བ་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཀྱི་ཆེ་བ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཀྱང་དཔེ་  
བརྗོད་འདི་དག་གིས་རབ་ཏུ་གསལ་བར་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཉེར་གསུམ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ་དང་། མཐུག་སྤྱད་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་དག་ནི་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དེའི་དོན་ལ་  
མ་ཡིན་ཞེས་བསྟོན་པར་བྱས་ནས་བརྗོད་ན་ཡང་དེ་ལྟར་བསྟོན་པའི་དག་དེ་ལ་

རྒྱ་མཚན་ནམ་དོན་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པར་བརྟེན་པ་སྟེ། ཞེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་དབེ་བརྟེན་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་གསུངས་པའི་དང་པོ་ཚོས་ལ་བསྟོན་  
 རྟེན་ནི། འདོད་པ་ཡི་ལྟ་དག་ནི་མདའ་ལྟ་བུ་ཙན་ཞེས་གྲགས་ཀྱང་དེ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ལ་སྟོན་ལྟ་ཏེ་མདའ་སྟོང་ཐུག་ཡོད་དོ། །ཞེས་མདའ་དེ་ཙམ་མེད་ན་  
 འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་སེམས་ཙན་གྲངས་མེད་ལ་བསྟོན་ནས་རྒྱལ་མི་རྣམས་པའི་  
 རྟེན་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའོ། །འདི་མདའ་དངོས་ལ་བསྟོན་པ་མིན་ཡང་དེའི་  
 ཚོས་གྲངས་ལ་བསྟོན་པའོ། །ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ནི། ཅན་ན་དང་ལྷ་  
 འོད་དང་དལ་བུ་དག་ཏུ་རྒྱ་བ་ཡི་ལྟ་སྟོགས་མ་ལ་ཡ་ཡི་དྲི་ཡི་བཞེན་པ་སྟེ་རྒྱང་  
 དང་བཙས་པ་འདི་རྣམས་བདག་སྟེག་པར་བྱེད་པ་མེ་ཡི་རང་བཞིན་སྟོན་པ་ཞིག་  
 སྟེ། འདི་རྣམས་གཞན་གྱི་དོར་ནི་བསིལ་བ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་  
 འདོད་ལྟན་གྱིས་ནི་བྲལ་བས་ཉེན་པ་མེད་པ་གཞན་ལ་དེ་རྣམས་བསིལ་བར་  
 ཁས་སྒྲུངས་ནས་བདག་ཉིད་ལ་ཚ་བ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་  
 དབང་པོའི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་རོ། །རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་ནི། བདུད་ཅི་  
 ཟགས་པའི་འོད་ཟེར་ཙན་གྱི་ལྷ་བ་ཞེས་པར་བདག་ཙག་འདོད་མེད། རྟེན་  
 གྱི་བདག་ཉིད་དུ་འཕྲོད་ན་གྱི་དབང་དུ་ན་འདི་ནི་དུག་ཟག་པའི་ཟེར་དང་ལྟན་  
 པ་ཡི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་ཟད་དོ། །ཞེས་པ་ཚོས་ཙན་ལྷ་བའི་རང་གི་དོལ་འཕྲུ་  
 ལྷ་བར་གྱུར་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་བསྟོག་ནས་ལྷ་བ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་དུག་  
 ཟགས་པའི་རང་བཞིན་ནམ་བདག་ཉིད་དུ་ནི་བསྟོན་དོར་པ་འདི་རང་ཉིད་ལྷ་

བ་དེས་འདོད་པས་གཟེར་བ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་  
ལ་བསྟོན་དོར་དུ་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་དཔེ་ཡི་བསྟོན་དོར་ནི། སྤར་ཉིད་དུ་  
དཔེ་ཡི་རྒྱན་རྣམས་ལ་ནི་རབ་དུ་བསྟན་དོ། །ཞེས་པ་དགག་པའི་དཔེ་ལ་ངོས་  
འཛིན་པ་དང་། ཁ་ཅིག་གིས་བསྟོན་དོར་གྱི་གཞུགས་ཅན་དང་། ཁ་ཅིག་  
གིས་རྫོངས་པའི་དཔེ་ལ་འདོད་པ་ལས་དཔེ་ཡི་བསྟོན་དོར་ཞེས་པ་དངོས་སུ་  
མེད་མོད། བསྟོན་དོར་གྱི་གཞུགས་ཅན་དེ་དོན་གྱིས་དཔེ་རྒྱན་དང་འབྲེལ་བས་  
དེ་ལ་དགོངས་འབྲས་སྟེ། གཞུང་དུ་དཔེ་ཞེས་དངོས་སུ་གསུངས་ཀྱང་དཔེ་རང་  
ལ་འཛིན་ན་བསྟོན་དོར་གྱི་གཞུགས་ཅན་ཡང་སྤར་བསྟན་པར་གསུངས་ཤིགས་  
ཀྱང་མ་གསུངས་པ་དང་། ཐ་དད་སྤང་མིན་གྱུར་པ་ཡི། དཔེ་ཉིད་དག་ནི་  
གཞུགས་ཅན་འདོད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་མོ། །རི་རྒྱད་བཤད་  
པའི་དཔེ་བརྗོད་འདི་ཡིས་བསྟོན་དོར་གྱི་དབྱེ་བ་མི་འབྲེལ་བ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་  
མཚོན་པར་བྱ་བ་དག་ལ་ཡང་འདི་ལས་རྗེས་སུ་དབགས་ནས་རྒྱ་ཆེར་མཚོན་  
ལུས་སོ། །ཉེར་བཞེ་བ་སྤྱར་པའི་རྒྱན་ལ་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་བོ་  
སྤྱར་བ་ཞེས་པ་རྗོད་བྱེད་སྒྲ་ཡིས་གཞུགས་གཅིག་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་གཅིག་  
ལ་དོན་མི་འབྲེལ་བ་གཉིས་སོགས་དུ་མའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་གནས་པ་ལ་འདོད་  
དོ། །

གཉིས་པ་ལ་སྤྱིར་བསྟན་པའི་དཔེ་བརྗོད་དང་། དེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་འགའ་  
ཞིག་བསྟན་པ་གཉིས། དང་བོ་སྤྱར་བ་དེ་ལ་ཆོག་གི་ངོ་བོ་ཐ་དད་མིན་ཡང་

དོན་སོ་སོར་གོ་ཞུས་པ་དང་། གཅོད་མཚམས་གྱི་དབང་གིས་ཚིག་ཐ་དད་པ་  
ལྟ་བུར་གྱུར་ཅུང་། རྫོང་བྱེད་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གི་རོ་བོར་འབྲུ་བ་དང་  
ནམ་པ་གཉིས་སུ་སྒྱིར་གནས་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་དབེ་བརྫོད་དང་པོ་ཚིག་  
ཐ་དད་མིན་པའི་སྒྱུར་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་དང་ལྷ་བ་ཚིག་གཅིག་གིས་སྒྱུར་བ་འདི་  
ལྟ་སྟེ། ལུ་ད་ཡ་གནས་ཞེས་པ་ལུ་ད་ཡའི་སྒྲ་དོན་གྱི་དབང་གིས་རྒྱལ་མིད་  
དར་བཞིན་པ་ལམ། ཤར་གྱི་རི་ལས་འཆར་བཞིན་པ་ལ་འཇུག་པས། སྒྲ་མ་  
རྒྱལ་པོ་དང་གྱི་མ་ལྷ་བ་ལ་གོ་ནས་ལུ་ད་ཡ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

མཛེས་པ་ཅན་ནི། གཞུགས་གྱིས་མཛེས་པ་དང་འོད་གྱིས་མཛེས་པ་ཅན་ཡིན་  
པ་རིམ་བཞིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མིའི་སྒྱུར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། མཐུ་  
ལའི་སྒྲ་འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་དང་། ཆ་ནམས་རྫོགས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་  
ལ་འཇུག་ཅིང་རྟའི་སྒྲ་ཆགས་པ་དང་དམར་བ་གཉིས་ལ་འཇུག་པས་སྒྲ་མ་  
རྒྱལ་པོ་ལ་འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་བྱམས་པས་ཆགས་པ་དང་། བྱི་མ་ལྷ་  
བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆ་ནམས་རྫོགས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་ཐུན་མཚམས་  
གྱི་དམར་འོད་ཡོད་པའོ། །རྩ་རིའི་སྒྲ་རྒྱལ་པོ་དང་ལྷ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་  
པའི་བྱུང་གཞི་གཉིས་མིང་གཅིག་གིས་སྒྱུར་བའོ། །མི་དུ་ཞེས་པ་འཇམ་པ་  
དང་ཀ་རའི་སྒྲ་དོན་མང་པོ་ལ་འཇུག་གྱང་སྒྲ་བས་འདིར་དབྱ་བྲལ་དང་འོད་  
ཟེར་ལ་འཇུག་པས། རྒྱལ་པོ་དབྱ་བྲལ་འཇམ་པ་དང་། ལྷ་བ་འཇམ་པའི་  
འོད་གྱིས་ཞེས་པའི་དོན་དེས། མི་དུ་ཀ་རས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡིད་ནི་རབ་ཏུ་

འཕྲོག་པར་བྱེད། ཅེས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོག་ཐ་དད་མིན་པ་གཅིག་གིས་བྱུང་  
གཞི་རྒྱལ་པོ་དང་ཟླ་བ། བྱུང་ཆོས་ལུ་ད་ཡ་སོགས་གྱིས་གཅིག་ཏུ་སྦྱར་བའོ། །  
གཉིས་པ་ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་སྦྱར་བའི་དབེ་བརྩོད་ནི། རོ་ཤྲ་རེ་ཆ་ས་སྦྱར་ན།  
ན་ཤྲ་ཏུ་པ་ཐ་བརྩི་བྱ། རྩྭ་བྱ་རོ་ཁོ་ལྷ་མི་བྱ། མ་བྱི་ཡི་གི་རྩྭ་སྦྱར་ན། ཞེས་པའི་  
ཆོགས་བཅད་གཅིག་པོ་འདིས་རོན་མི་འདྲ་བ་ཐ་དད་གཉིས་བསྟན་ན། རོན་  
དང་པོ་ལྟར་ན། ན་ཤྲ་ཏུ། རྩྭ་སྦྱར། པ་ཐ། ལམ། བརྩི་བྱ། རབ་འཇུག་གམ་  
གནས་པ། རོ་ཤྲ་ མཆོན་མོ། ཀ་རེ་ཆ། བྱེད་པ། ས་སྦྱར་ན། འབེལ་བ། བྱ་  
རོ་ཤྲ་ མཆོན་མོའི་དང་པོ་སྟེ་སྟོང་། རྩྭ་སྦྱར། ཟླ་བ་སྟེ་བྱུང་གཞིའོ། །ལྷ་ལྷ།  
བདག་ །ཞི་རྩ། འདི་ལྟར། མ་བྱི་ཡི། དགའ་བ་མེད་པ། ཀིན། ཅིས། ན་བ་  
རྩྭ་ན། མ་མནར་ཞེས་པའི་རོན་ན། དེས་ན། རྩྭ་སྦྱར་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །  
མཆོན་མོར་བྱེད་པ་དང་འབེལ་ནས། སྟོང་ལ་ཟླ་བས་བདག་འདི་ལྟར། །  
དགའ་བ་མེད་པར་ཅིས་མ་མནར། ཞེས་རྩྭ་སྦྱར་གྱི་ལམ་གོ་ལའི་ཁྱོན་ལ་རབ་  
ཏུ་གནས་པ་འདི། མཆོན་མོར་བྱེད་པ་ཡི་བྱེད་ལས་དང་འབེལ་ནས་སྟོང་ལ་  
བབ་པ་ན། ཟླ་བས་བུལ་བས་ཉེན་པའི་འདོད་ལྡན་བདག་གི་ཡིད་འདི་ལྟར་  
དགའ་བ་མེད་པར་བྱས་ནས་ཅིས་མ་མནར་ཏེ་རབ་ཏུ་མནར་རོ། ཞེས་སོ། །  
སྟོང་ལ་ཡིས་ནི་བདག་འདི་ལྟར། ཞེས་ཟླ་བ་མ་སྟོས་པའང་འདུག་སྟེ། མཆོན་  
མོར་བྱེད་པ་ཟླ་བའི་མིང་ཡིན་པས། དེ་དང་འབེལ་ནས་སྟོང་ལ་ཡིས་ནི་ཞེས་  
བསྟར་བར་སྦྱང་སྟེ། རྩྭ་འི་རྩྭ་ཅི་ཡིན་མ་བཤད་པ་དང་། སྟོང་ལ་བབ་པ་ན་



ཡིས་ནི་ཞེས་པ་གང་ཡིན་སོགས་དབྱུང་དཀའ་བ་འདྲ་སྟེ་སྒྲུབ་བསྐྱར་མཁས་པ་  
 ཆེན་པོས་བསྐྱར་བའི་དོན་ཡིན་པས་དགོངས་པ་བཅུལ་བར་བྱོས་གིག་དོན་  
 གཉིས་པ་ལྟར་ན། རྟེན་ཀྱི་རྒྱལ་རིགས་པ་ཐ། ལམ་ལ་བརྟེན་ན། འཇུག་  
 པའམ་གནས་པ། འདི་དག་གི་སྟོན་དུ་དགག་པའི་ནུ་བཞག་པས་ན་རྟེན་  
 ཞེས་སོ། །རྒྱུ་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་སྟེ་ཁྱད་གཞི། དོ།མ་སྟོན། ཞུ་གཤམ། འབྱུང་གནས།  
 ཞེ་ན། བྱེད་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་ན། བསྟོངས། དུ་དོ།མ་སྟོན་མང་དག་གི་སྟེ་  
 མིའུ་མཐ་ཆད་གོང་བཞིན་ལ། དེས་ན། རྒྱལ་རིགས་ལམ་ལ་མི་གནས་པ། །  
 རྒྱལ་པོ་སྟོན་གྱི་འབྱུང་གནས་དང་། །བསྟོངས་ནས་སྟོན་མང་དག་གིས་བདག །  
 དགའ་མེད་འདི་ལྟར་ཅིས་མ་མཐར། རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་སམ་ལམ་  
 ལ་མི་གནས་པའི་རྒྱལ་པོ་འདི། གདུག་རྩལ་སོགས་སྟོན་གྱི་འབྱུང་གནས་སུ་  
 བྱེད་པའི་སྟེ་པོ་ངན་པ་དང་བསྟོངས་ནས། འབངས་རྣམས་ཆར་གཅོད་པ་  
 སོགས་སྟོན་མང་པོ་དག་གིས་བདག་ཅག་དགའ་བ་མེད་པར་བྱས་ནས་འདི་  
 ལྟར་ཅིས་མ་མཐར། ཞེས་སོ། །ཡང་འབྱུང་ཁྱད། དོ།མ་མཚན་མོ། ཞུ་གཤམ་  
 ར་གནས་ཡིན་པས། མཚན་མོའི་གནས་དང་འབྲེལ་བ་ཡིས། སྟོན་ལ་ལྷ་  
 བས་བདག་འདི་ལྟར། ཞེས་སྐྱར་བའང་སྤང་དོ། །ལེགས་སྐྱར་གྱི་སྐྱད་དོན་  
 མང་པོ་ལ་འཇུག་ཅིང་། གཅོད་མཚམས་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་དོན་དུ་མ་  
 སྟོན་པས་སྟོ་ཡངས་ཤིང་བོད་སྐྱད་ནི་དེ་ལས་སྟོ་དོག་པས་འདི་འདྲའི་སྐྱར་བ་  
 སོགས་དང་། ལེའུ་ཐ་མའི་བྱ་དཀའ་བའི་རིགས་རྣམས་ཇི་བཞིན་འབྱུང་དཀའ་

མོད། ཐ་དད་ཚིག་འདྲའི་སྒྱུར་བའི་དོན་མཚོན་པའི་དཔེ་བཟོད་བགྱིས་པ་  
འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱ་དང་ལྷན་པ་བདུ་གཞོན་ཅུ་འདི། རྒྱ་འཛིན་དབང་པོའི་རྩེས་  
སུ་མཐུན་བྱེད་ཅིང་། རྒྱ་ཤེལ་གནས་བཟང་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་ན། རྒྱ་བཙུང་  
ཆང་གིས་ཚྱོས་བཞིན་བདེ་བར་ཟིམ། ཞེས་པ་འདི་ལ། རྒྱ་ཡི་རྒྱན་ལྷན་བདུ་  
གཞོན་ཅུ་འདི། སྤྱིན་གྱི་དབང་པོའི་རྩེས་སུ་མཐུན་བྱེད་ཅིང་། ཁྲོ་བའི་  
དགྱིལ་འཁོར་ཉེ་བར་འཆར་བ་ན། ཆང་གི་ཉིང་ཁུས་ཚྱོས་བཞིན་བདེ་བྲག་  
ཟིམ། ཞེས་མེ་དོག་བདུ་ནི་སྤྱིན་གྱི་རྩེས་སུ་འཕེལ་བ་དང་། མིག་ལ་མཛེས་  
པ། ལྷན་བྱེ་ཞིམ། ལུས་ལ་རེག་འཇམ། བདུ་འི་སྒྲུང་ཅི་ཕྱེ་ལ་ཞིམ། དེ་ལ་  
འཁོར་བའི་བྱང་བའི་སྒྲུ་ན་བར་སྟོན། དེ་སྤྱིར་ཡིད་ལ་འཐད་པས་དབང་པོ་  
དུག་གི་རྩེས་སུ་མཐུན་པ་སོགས་སོ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ལྷན་བདུ་གཞོན་ལུས་ཅན། །  
མཁའ་ལ་རྒྱ་འཛིན་དབང་པོའི་བཀའ་བསྒྲུབ་ཅིང་། རྒྱ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་ཁང་  
བཟང་བཀྲ་བ་ན། གར་ཆང་གིས་ཚྱོས་བཞིན་དུ་དགའ་བས་ཟིམ། གྲུ་ཆེན་  
བདུ་ལ་སྒྱུར་བ་འདིར་མཁའ་ལ་རྒྱ་འཛིན་པ་ནི་སྤྱིན་བསྐྱས་ཏེ་ཆར་འབེབས་  
པའོ། །དེ་ཡང་ལྟ་ཡི་དབང་པོའི་བཀའ་འཇམ་བྱའི་སྤྱིང་དུ་ཆར་ཐོབ་ཅེས་  
གསུངས་པའི་བཀའ་ཡི་རྩེས་སུ་མཐུན་པར་བྱེད་ཅིང་བསྒྲུབ་པའོ། །འདིར་  
ཟིམ་ཞེས་པ་མིག་ཟིམ་བྱུར་བལྟ་ཞེས་པ་དང་འདྲ་བར་བྱུམ་པ་དང་། དགའ་  
བའི་སིམ་པ་ལའང་སྒྲུ་ཕྱོགས་མཚུངས་པར་འཇུག་སྟེ་སེམས་ཚིམ་པའི་ལུས་  
ཉམས་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་སོ། །ཡང་ཟིམ་ཞེས་པ་ནང་དུ་གཏམས་ནས་དེ་

བརྩམ་པའི་དོན་ཅན་རྒྱ་ལྷུང་བ་ལྟེ། དེ་ལྟར་གསུམ་པོ་ཚིགས་བཅད་གསུམ་  
 གྱི་མཐར་འཇུག་ཡོད་ཅེས་གྲིས་འཇུག་པའི་སྒྲུའོ། །ཡང་། རྒྱ་ཡི་གཤེར་ལྷན་  
 བསྐྱ་གཞོན་རྒྱ་འདི། །རྒྱ་བཅས་སྒྲིས་པའི་དབང་པོར་མཐུན་བྱེད་ཅིང་། །  
 རྒྱ་བ་གསལ་པའི་རྩ་ན་ཁུ་བརྩུད་གྱིས། །གར་ཆང་མཐུར་བཀའ་བྱས་འདྲར་  
 བདེ་བཞིན་ཟིམ། །ཞེས་བ་གཞོན་རྒྱ་མའི་སྒྲི་གནས་བསྐྱ་ལ་སྦྱར་བ་ལྟེ། རང་  
 བཞིན་གྱིས་རྒྱན་བཀ་ལྷན་བ་དང་། །ལྷག་པར་འདོད་སྦྱོད་གྱི་རྩ་སྦྱ་འདོད་  
 རྒྱ་བཅས་པའམ་དེ་འཛིན་བ་སྒྲིས་པའི་རྩ་གསུལ་གྱི་དབང་པོ་ལ་བདེ་བ་བསྦྱེད་  
 བས་མཐུན་པར་བྱེད་བ་དང་། རྒྱ་བ་གསལ་བ་མཚན་མོའི་རྩ་སྦྱ་སྒྲིས་པའི་  
 ཁུ་བརྩུད་གྱིས། དཔེར་ན། །གར་ཆང་ཁར་བཟུང་པའི་མཐུར་བཀའ་བྱས་བ་  
 བཞིན་རྒྱ་ཟིམ་ཞེས་པའི་དོན་དེ་གསུམ་ཚིག་གཅིག་གི་སྒྲོན་ས་བརྩན་བ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་ཡང་རྒྱ་དང་ལྷན་བ་ནི་མཚོ་ལས་འབྱུངས་པའི་དོན་དང་། བསྐྱ་  
 བྱི་སྒྲོབ་དཔོན་བསྐྱ། །གཞོན་རྒྱ་ནི་ཆེ་ཡི་རིག་འཛིན་བརྟེས་པས་བཤེས་སྤྱད་  
 མེད་པ། རྒྱ་འཛིན་དབང་པོའི་རྩེ་སྦྱ་མཐུན་བ་ནི་སྒྲིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟར་འགོ་  
 བའི་གདུང་བ་སེལ་ཞིང་དགེ་བའི་ལོ་རྟག་སྦྱེད་པར་བྱེད་པས་སོ། །རྒྱ་ཤེལ་  
 གནས་བཟང་བཀྲ་བ་ནི་རྒྱ་བའི་གདན་ལ་བཞུགས་པ། སལ་བ་ཆང་གིས་  
 མྱོས་བ་ལྟར་འདི་ནི་འཕོ་མེད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རོལ་རྟག་རྒྱ་མཐུན་པའམ་དགུལ་  
 བར་ཚིམ་པའི་དོན་ནོ། །

ཡང་རྒྱ་ལྷན་བྱང་སེམས་ཀྱང་ལྟ་བུ། བསྐྱ་སྤྱོད་འཕྱོའི་དོན་ཡིན་པས། ཀྱང་

སྟེང་དུ་དངས་ནས་གཞོན་ལུས་དང་ཐ་མལ་པའི་ཆགས་གསུང་འཕྲོག་པ་དང་།  
ཚུ་ཤེལ་རྟི་ཡིག་གནས་བཟང་སྟེ་བོའི་འཁོར་ལོ། དེར་བརྟན་པར་གྱུར་པ་ལ་  
བརྟེན་དུ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲགས་ཀྱི་ཟབ་དོན་འདིར་བཤད་པ་སྐབས་སུ་མ་བབ་  
པས་ཞིབ་པར་མི་བཞུགས་ལོ། །ཡང་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྦྱར་ན། སྟོན་ཚངས་  
པས་བསྐོ་བ་ལྟར་སྟོགས་གཅིག་ནས་ལྟ་རྒྱུ་མས་དང་། སྟོགས་གཅིག་ནས་ལྟ་  
མིན་རྒྱུ་མས་འདུས་ཏེ། རི་བོ་མཚན་རའི་སྟེང་ནས་བྱུང་འཇུག་གིས་བཟུང་། གྲུ་  
ལོར་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཐག་བྱས། འོག་ནས་རྩ་སྤལ་གྱི་རྒྱུ་བ་ཀྱིས་བརྟེན་ཏེ་  
བདུད་ཅིའི་དོན་དུ་འོ་མ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་བསྐྱབས་པར་བྱས་སོ། །དེར་འཛིགས་  
སུ་རུང་བ་དུག་གི་སྒྲིམ་བུ་ནག་པོ་བཅེགས་པ་ཞེས་བྱུང་བ་བྱུང་འཇུག་གིས་  
མིད་པས་དྲན་པ་སྟོར་ཏེ་ས་ལ་འབྱེལ་ནས་མདོག་ནག་པོར་གྱུར། ལྷ་ཆེན་པོ་  
དབང་ཚུགས་གིས་དུག་དེ་དོགས་པ་མེད་པར་དངས་ནས་འཐུང་པས་མཁྱིན་  
པར་ཆགས་ཏེ་གནས་ཤིང་མཁྱིན་པ་མ་བྱའི་མཁྱིན་པ་ལྟར་སྟོང་བར་གྱུར་པ་  
དང་། ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་འདི་ནི་མངོན་པས་བཞག་པར་རིགས་སོ་ཞེས་བྱས་  
པས་བཞག་སྟེ་དབང་ཚུགས་ལ་མཁྱིན་སྟོན་དུ་གྲགས། དེ་ནས་སྒྲ་ཆེས་བྱུང་བ་  
དབང་ཚུགས་གིས་མགོ་བོའི་རྒྱན་དུ་བྱས། དེ་ནས་དབལ་མོ་བྱུང་བ་དེས་རང་  
ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་འཇུག་སྒྲངས་ཏེ་དེའི་རྒྱང་མར་གྱུར། དེའི་འོག་ཏུ་ལྟ་མཁྱིན་  
རིང་དང་། ཤིང་ཡོངས་འདུ་སོགས་ལྟ་རྒྱས་དུ་མ་བྱུང་བ་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ལྟ་  
རྒྱལ་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་བྱེད། དེ་ནས་བྱུང་མེད་ཤིན་ཏུ་ཡིད་འོང་ཞིག་

བྱུང་བ་ལ་ཁྱོད་སྒྲུལ་ཡིན་དྲིས་པས་ང་ནི་ཆང་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཁྱུང་ན་ཁྱོས་པ་དང་  
 བརྒྱལ་བ་དང་དྲེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ལྷ་མིན་རྣམས་འཇིགས་ནས་མ་འབྱུང་། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་  
 འཁྱུང་བར་གྱུར་པས། སྒྲུ་ར་ཞེས་པ་ལྷ་དང་། ཨ་སྒྲུ་ར་ལྷ་མིན་ཞེས་པའི་མིང་  
 ཏུ་གྲགས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་བདུད་ཅི་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་སྤངས་པས་སྟོད་  
 ཆེན་པོ་བརྒྱད་གང་བ་ལྷ་མིན་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེར་བས་ལྷ་རྣམས་ཡི་མཁུ་པར་  
 གྱུར་ཆོ། བྱུ་འཇུག་གིན་ཏུ་གཟུགས་བཟང་པའི་བྱུ་མེད་ཏུ་སྒྲུལ་ནས་བདུད་  
 ཅིའི་གན་ཏུ་བསྟན། བརྒྱ་བྱིན་ཡང་མི་སྣང་བའི་གཟུགས་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་  
 ལ་འཇུག་པར་བྱས་སོ། །ལྷ་མིན་རྣམས་ཀྱིས་བྱུ་མེད་དེ་ཁོ་པོ་ཅག་གི་བྱུ་  
 མེད་ཡིན་ནོ་སྟེ་རྣམ་ནས་བདུད་ཅིའི་སྒྱུང་མར་བཞག་ནས། ཆོས་ཀྱི་བརྟན་པ་ཅོས་  
 ལས། མ་བརྒྱས་དྲི་མ་སྟོད་གྱུར་པས། །བྱུས་མ་བྱས་པར་བས་མི་བཟུལ། །  
 ཞེས་པའི་ལུང་དོན་ལྟར། དང་པོར་སྤྱི་རོལ་ཏུ་བྱུས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་  
 ཏུ་བརྒྱ་བྱིན་ཀྱིས་བདུད་ཅི་བརྒྱས་ཏེ་རང་གི་ཁང་པར་ཁྱེར་ཏོ། །དེ་རྣམས་  
 བྱུས་བྱས་ནས་སྤྱར་བདུད་ཅི་ལོངས་སྤྱད་ཏུ་ལོངས་པ་ན་བདུད་ཅི་མ་མཐོང་  
 བཅོལ་བར་བརྩོན་པ་དང་། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེར་རོ་ཞེས་ཐོས་པས། ལྷ་  
 རྣམས་ནི་སྟེང་ཏུ་འགོ་བ་ཡིན་ལ། ལྷ་མ་ཡིན་རྣམས་མ་ཡིན་པས་བདེན་ནོ་  
 རྣམ་ནས་བསྟན་དོ། །དེའི་ཆོ་བདུད་ཅི་ལ་ལོངས་སྤྱད་ཀྱིར་ལྷ་རྣམས་འདུས་  
 པ་དང་། ལྷ་མིན་སྒྲིག་ཅན་འཛིན་ལྷ་འི་ཆ་ལུགས་སྒྲིག་སྒྲུལ་ནས་བདུད་ཅིའི་

སྐལ་བ་ཐོབ་པ། གཟའ་ཉི་མས་མཐོང་སྟེ་བྱ་བ་འཇུག་ལ་སྦྱས་པས། བྱ་བ་  
འཇུག་གི་འཁོར་ལོས་དེའི་མགོ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཅད། བདུད་ཅིས་མགོན་པ་  
ཡན་ཆད་བྱ་བ་པས་མགོ་བོ་དང་སང་ཡང་མ་གྱི་བར་ཉི་ཟླ་ལ་སྦྱིབ་པར་བྱེད་  
ཅིས་རིག་བྱེད་གྱི་གཏམ་ལས་གྲགས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆད་གི་གཏམ་རྒྱུད་དང་  
རྒྱུར་ན། རྒྱུད་ལྡན་པ་རྒྱ་མཆོའི་ལས་བྱུང་བའི་བུད་མེད་བསྐྱ་གཞོན་ཏུ་ལྟར་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ་ལ་ཆང་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་རྩ་འཛིན་པའི་དབང་པོ་ལྟེ་ཡི་  
རྩེས་སུ་མཐུན་པ་སྟེ་རོམས་པར་བྱེད་པའོ། །ལྟེ་ནི་རྩ་ཡི་ཁམས་ཡིན་པ་དང་  
མཆིལ་མ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར་རྩ་འཛིན་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་འདྲའི་ཆང་ཞེས་བྱ་བའི་བུད་མེད་གྱི་གཟུགས་ཅན་བུའ་བའི་རྣམ་པར་གྱུར་  
པ་དེ་དུས་ནས་བྱུང་ན། རྩ་ཤེལ་དེ་ཟླ་ཆོས་དང་། ལྟ་རྣམས་འདུ་བའི་གནས་  
བབ་པོ་ཤིང་ཡོངས་འདུ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་མཆོའི་བསྐྱུ་བས་པ་ལས་འཛིག་རྟེན་  
འདིར་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་སྟེ་སྤང་བར་གྱུར་པ་ནའོ། །སྤྱི་འཕུང་ན་རྩའི་བཅུད་  
ཆང་ཞེས་པ་དེ་ལྟ་རྣམས་གྱིས་འཕུང་བས་ཚུས་བཞིན་དུ་བདེ་བར་ཆོམ་སྟེ་མིག་  
ཟེམ་བུར་བྱས་ནས་དགའོ་ཞེས་སོ། །

ཡང་ན་དཔལ་མོ་ལ་རྒྱུར་ཏེ་རྩ་དང་ལྡན་པ་ནི་རྩ་མཆོའི་ལས་བྱུང་བའོ། །མརྩེས་  
པའི་རྒྱ་རྩ་ལ་སྦྱིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་མཐུན་པར་རྒྱུར་བ་མོ་འདི་རྩ་ཤེལ་ཏེ་ཟླ་བ་  
ལྟར་དཀར་བསེལ་ཨར་མོ་ནིག་གི་རྟོ་དང་། གནས་བབ་པོ་འདུན་ས་དང་།  
འདྲེས་པའི་ཆལ་སོགས་བཀོད་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་ན། ཆང་དང་འདྲ་བ་རྩེ་

འདྲི་དང་ཆགས་པའི་རོལ་གཞན་མྱོས་གིང་ཟིམ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྤྲུའང་རུང་  
 རོ་། །ཡང་ན་ཡུ་མ་ལ་སྤྱར་ཏེ། གང་མཐོང་བས་འདོད་པའི་ཆགས་པས་སྤྱི་  
 བ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་ཚུ་དང་ལྷན་པ་ཡུ་མ་པར་གཞོན་ཅུའི་མདངས་ལྷན་མ་  
 འདི་སྤྱི་བ་ཚུ་ཁམས་འདྲིན་པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་ལྷ་ཡི་བདག་པོའམ་  
 དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཚུ་གཤེལ་ལྷ་སྤྱི་  
 ལྷའི་རྩོལ་བ་དང་། གནས་བཟང་པོ་ཁང་བཟང་དང་། ཚལ་དང་རི་ཏི་སེལ་  
 སྒྲུབ་པ་བཞོན་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་གང་ན། རི་ལྷར་ཆང་གིས་མྱོས་པ་དང་  
 འདྲ་བར་ཆགས་བདེའི་བདེ་བར་ཡིད་སེམ་པའམ་དེ་བྱུང་ཆག་པའི་སྤྱི་ཟིམ་  
 པར་ཡང་བྱེད་དོ། །ཡང་བསྐྱུས་བརྗོད་ལྷར་ན། པར་རང་ཉིད་སྤྱི་བའི་གནས་  
 ཚུ་མཚོ་དང་མ་བུལ་བ་བཞིན་དུ། ཚུ་ལྷན་པར་གཞོན་ཅུ་ཞེས་པ་མའི་གོ་ན་  
 གནས་པའི་གཞོན་ཅུ་མ་འདི་ཚུ་འདྲིན་པའི་དབང་པོ་ནི་སྤྱི་མཚོ་སྤྱི། སྤྱི་མཚོ་  
 དང་འདྲ་བའི་མི་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་པངས་གིང་དེ་དག་དང་མཐུན་པར་བྱེད་  
 པའོ། །ཚུ་གཤེལ་གྱི་གནས་བཟང་པོ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་དང་འདྲ་བའི་མཛེས་ལྷན་  
 སྤྱི་བ་ཕྱི་མིག་གི་ལམ་དུ་བཀྲ་བའམ་སྤྱི་བ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཆང་གིས་མྱོས་  
 པ་ནི་དེ་དང་འདྲ་བ་འདོད་པའི་དགའ་བ་ལ་རབ་ཏུ་ཞུགས་པའོ། །ཡང་རྒྱུ་བ་  
 མའི་གཤེལ་ཆེན་ལྷར་ན། སྤྱི་མཚོ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ལོན་ནས་རྩལ་གྱི་ཚུ་འདྲིན་  
 པ་དང་ལྷན་པའི་པར་གཞོན་ཅུ་མ་འདི་ཚུ་འདྲིན་དབང་པོ་ནི་སྤྱི་བས་འདིར་སྤྱི་  
 ག་སྤྱི། ལས་དབང་ལྷ་ལས་ཚུ་ལམ་ཚུ་ཡི་ཁམས་ཡིན་པ་དང་། རི་ཚུ་དང་རྩལ་

འཛག་པའི་ལམ་ཡིན་པས་རྒྱ་འཛིན་པའི་དབང་པོའོ། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་རྩལ་འཛག་པ་ཡན་ཆད་ནས་སྒྲིག་ནས་ལ་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་དོན་  
 ཏུ་གཉེར་བས་སོ། །རྒྱ་ཤེལ་གནས་བཟང་ནི་སྒྲ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལུས་ལ་ཁུ་  
 བའི་ཁམས་ཏེ་སྒྲིས་སུ་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་ནས་ཁུ་བ་འཛག་པའི་བདེ་བ་སྤྱིང་  
 བས་ན་སྒྲ་བ་ཆེ་ཆོག་ས་པའམ་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་ན། དེ་ནས་མགོ་བརྩམས་  
 ཏེ་སྒྲིས་སུ་དང་བུ་མོ་དེ་དག་འདོད་པའི་ཆང་གིས་སྒྲིས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་  
 སོ། །གཞན་ཡང་ཆོག་རྒྱུ་དང་པོ་ལ་དངོས་བཏགས་གྱི་འཇུག་ཚུལ་དང་  
 མཆོན་དོན་གྱི་སྒྲོན་ནས་དུམ་དང་། ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་པ་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་པ་འགའ་  
 དང་། དཔེར་བྱས་ན་རྒྱ་མཆོ་ལྟར་མི་གཡོ་བ་དང་། སྒྲིན་ལྟར་གཡོ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པ་དུམ་དང་། རྒྱ་ཤེལ་གནས་བཟང་ལ་དོན་དུམ་དང་།  
 དུས་མཆོན་པར་བྱས་ན་སྒྲ་བ་རྣམ་པར་བཀྲ་བའམ་གསལ་བ་དུས་བཞིའི་ནང་  
 བས་སྒྲོན་ཀ་དང་། ཉིན་མཆོན་གྱི་ནང་ནས་ཉི་འོད་དང་བུལ་བ་མཆོན་མོ་ལ་  
 སོགས་པ་མཆོན་ཞིང་། ཆང་གིས་སྒྲིས་པ་དངོས་དང་། འདྲ་བའི་སྒྲོན་ནས་ཆགས་  
 བདེ་དང་དེགས་པ་དང་གཉིད་དང་ཡིད་དགའ་བ་སོགས་དུམ་ར་འགྱུར་པས་  
 ད་དུང་སྒྱུར་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ཆོག་ས་བཅད་གཅིག་ལ་  
 དག་དོན་མི་འདྲ་བ་བཅུར་འགྱུར་བ་འདི་བོད་སྐད་དུ་ཆོག་ས་བཅད་གཅིག་ལ་  
 དོན་དུམ་སྒྱུར་མི་རུས་སྒྲུམ་པ་ལ་སྒྲོའི་སྒྲོ་དབྱེ་བའི་ས་བོན་དུ་ཉམས་མཛར་  
 དུ་སྒྲེལ་བར་བྱས་པ་ལགས་སོ། །



གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པ་ལ་དེ་ཡི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་  
 དང་། དཔེ་བཟོད་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ། དཔེ་ཡི་སྒྱུར་བ་དང་།  
 གཞུགས་ཙན་གྱི་སྒྱུར་བ་དང་། འགོག་པའི་སྒྱུར་བ་དང་། ལྷོག་པ་ཙན་གྱི་  
 སྒྱུར་བ་དང་། མོགས་ཁོངས་ནས་སྒྱུར་བའི་གསལ་བྱེད་དང་སྒྱུར་བའི་དོན་  
 གཞན་བཀོད་པའི་སྟོན་ཡུལ་ཙན་གྱི་སྒྱུར་བའི་དཔེ་བཟོད་རྣམས་གོང་དུ་སོ་  
 སོའི་སྟེ་ཚན་དུ་བསྟན་ཟིན་ཏེ། སྐབས་འདིར་གོང་བསྟན་རྣམས་ལས་གཞན་  
 པ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་གང་ཞེན། སྒྱུར་བ་འགའ་ཞིག་སྒྱུར་  
 གྱུར་བྱེད་གཞི་གཉིས་ཀས་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན་པ་གཅིག་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་  
 གཞན་པ་དེ་གཉིས་གྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་ཀྱང་གཉིས་ཀ་བྱ་བ་གཅིག་བྱེད་པ་ལ་འགལ་  
 བ་མིན་པ་འདྲ་ཡོད་ལ། བྱ་བ་འགལ་བའི་ལས་ཙན་དག་ཀྱང་སྒྲ་མ་ལས་  
 གཞན་ནོ། །སྒྱུར་བ་བྱས་ཀྱང་སྒྱུར་བྱའི་ཚུལ་ཅིག་ཤོས་ཁོ་ནར་ངེས་པ་ཙན་ཡང་  
 ཡོད། ངེས་པ་དེ་སྒྱུར་ཡང་འགོག་པ་མ་ངེས་པའི་གཞུགས་སམ་རང་བཞིན་  
 དུ་བཟོད་པ་དང་། བྱེད་ཚུལ་དེ་བྱེད་གཞི་གཉིས་ཀར་འགལ་བ་མེད་པར་སྒྱུར་  
 ཚུལ་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་ལ་འགལ་བ་ཙན་ཡང་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་དག་རྣམས་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཡང་དཔེ་བཟོད་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 གཉིས་པ་དཔེ་བཟོད་བསྟན་པ་ལ། བཤད་མ་ཐག་པའི་རིམ་པ་བཞིན། བྱ་  
 བ་ཐ་དད་མིན་པའི་སྒྱུར་བ་ནི། མཛེས་མའི་མིག་དང་འགྲུགས་པའི་སོ་ཉ་མོ་  
 སྒྱུར་བ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་མིག་འཕྲོག་སྟེ་ལྟ་བ་དང་སོ་ཉ་མོའི་ངག་འཕྲོག་པ་སྟེ་གཞན་

ལ་ཇི་བཞིན་མི་བརྟོད་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་འཕྲིག་ཅིང་ཞེས་སོ། །དེ་གཉིས་ཀ་  
ཡང་འདོད་པ་སྐྱུལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཆགས་ལྡན་གྱི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་  
ཅན་དང་། མཛེས་མ་དེ་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་མཛའ་བོ་ལ་གསལ་བར་  
སྟོན་པར་བྱེད་པ་མོའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་པ་མོ་མཛེས་མ་ཡིས་བསྐྱུལ་བའི་བྱར་  
མིག་དང་ནི། སྐྱན་པར་བྱེད་པའི་ཕོ་ཉ་མོས་ཀྱང་མཛའ་བོ་འགྲུགས་པའི་བྱ་  
བ་བྱེད་པས་དེ་གཉིས་གྱི་བྱ་བ་མཛའ་བོ་འགྲུགས་པའི་སྒོ་ནས་གཅིག་ཡིན་  
པར་བརྟོད་དོ། །བྱ་བ་འགལ་མིན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི། མཛའ་བོའི་ཡིད་དུ་འོང་  
ཞིང་དེའི་སྐྱེད་གྱིས་ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ལུས་སམ་ངག་འཇམ་  
ཞིང་འདོད་པས་ལྷོས་པའི་སྒྲ་གདངས་སྟོན་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྒོ་ནས་ཁུ་བྱུག་  
གི་སྒྲ་དང་མཛེས་མ་གཉིས་ཀ་སྒྱུར་ནས་དེ་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་ཐ་དད་བ་ནི། ཁུ་  
བྱུག་གི་སྒྲ་ནི་ཐོས་པར་གྱུར་ཏེ། དཀར་མིན་གནག་པའི་མིག་ཅན་མཛེས་མ་  
དག་ལ་འཕྱུད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཐོས་འཕྱུད་གྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་ཀྱང་ཐོས་འཕྱུད་  
གཉིས་ཀས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་འགལ་བ་མིན་པའོ། །བྱ་བ་འགལ་  
བའི་སྒྱུར་བ་འམ་འགལ་བའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི། ཉི་མ་དང་འདོད་  
པ་ཚོགས་འདི་དག་གི་སྒོ་ནས་སྒྱུར་བ་སྟེ། ལྷ་མ་དང་སྒྱུར་ཞེས་པས་ལུ་བ་ལྷོགས་  
ལྷ་ལྡན་མ་དང་སྒྱུར་བ་ལས་ཉི་མ་དང་། ཡང་བྱད་མེད་གྱི་སྐྱེ་གནས་ལྷ་ལྡན་  
མ་དང་སྒྱུར་བ་ལས་འདོད་པ་དག་ཅེས་སྒྱུར་རོ། །ལྷ་ལྡན་མ་ཆང་ལ་འཆད་  
པ་ཡང་སྣང་། དེ་ལྟར་སྒྱུར་བའི་རྒྱ་ལས་འཕེལ་བར་གྱུར་བ་ཡི། དམར་བ་

རབ་ཏུ་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། ཞེས་པ། ཉི་མ་ལ་སྐུན་མཚམས་ཀྱི་འོད་དམར་པོ་  
 དང་། འདོད་པ་ལས་ཆགས་པའི་མདངས་གདོང་དམར་པོར་གྱུར་པ་སྟོན་  
 བར་བྱེད་ཅིང་། ཞེས་དེ་གཉིས་སྐྱུར་ནས་སྐྱུར་གཞི་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བ་འགལ་  
 བ་ལྟ་ཅིག་བྱེད་པ་ནི། མེ་མེར་ཅན་ནི་རི་ལས་རྒྱལ་པར་གྱུར་ཏེ། ལུས་སྒྲུལ་  
 འདོད་པ་དག་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས་སོ་ཞེས་རྒྱས་པ་དང་། རྒྱལ་པའི་བྱ་བ་འགལ་  
 བར་བསྟན་པའོ། །དེས་པ་ཅན་གྱི་སྐྱུར་བ་ནི། བོ་སྟོ་ག་ཞེས་པའི་སྐྱུ་སྐུ་མ་ཙུ་  
 བཀལ་ཅས་སོར་སྐུ་མ་ཙུ་ལས་རིང་པའི་རལ་གྱི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་འཇུག་པ་  
 དང་ཁོ་བ་ལའང་འཇུག་པ་ཡིན་ལ། འདིར་རྒྱལ་པོ་དང་རལ་གྱི་གཉིས་ལས་  
 རལ་གྱི་ཉིད་ལ་བོ་སྟོ་ག་ཡི་སྐྱུ་དོན་ཡོད་པར་ངེས་ཀྱི། རྒྱལ་པོ་ལ་ཁོ་བ་མེད་  
 ཅིང་རྒྱུད་འཇམ་པས་སྐྱུ་དོན་དེ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པས་སོ། །དེ་བཞིན་  
 ཏུ་གཞུ་ཉིད་ལ་ནི་འཕྲིག་པོ་སྟེ་བཀྲ་ཏུ་སྟེ་འཕྲིག་པོའི་སྐྱུ་དབྱིབས་འཕྲིག་པ་  
 དང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་མི་དང་བར་འཕྲིག་པོར་གྱུར་པ་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་རུང་  
 ཡང་། རྒྱལ་པོ་དང་གཞུ་ལ་སྐྱུ་འདི་སྐྱུར་བར་བྱས་ཆོ་རྒྱལ་པོ་དེ་རྒྱུད་འཕྲིག་  
 པོ་ཅན་མ་ཡིན་པས་གཞུ་ཉིད་ལ་སྐྱུ་དེ་ངེས་སོ། །མི་ཡི་དབང་པོ་འདི་ཡི་ལྷ་རྒྱ་  
 ར་ཞེས་པ་མདང་དང་སྟོང་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་ན་ཡང་རྒྱལ་པོ་མདང་མིན་  
 ལ་སྟོང་བ་པོ་མིན་པའམ་དེའི་མངའ་འབངས་ན་སྟོང་བ་པོ་མེད་པས། ལྷ་རྒྱ་  
 ར་འདི་སྐྱུ་དེ་རྒྱལ་པོ་ལ་སྐྱུར་དོན་མེད་པས། མདང་རྣམས་ཉིད་ལ་ངེས་པར་  
 གནས་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་སྐྱུ་དེས་དེ་གཉིས་མ་སྐྱུར་ན་སྐྱུར་བར་ཡང་

མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་སེམས་ན། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་དང་རལ་  
གྱི་སྟགས་མ་སྦྱར་ན་སྒྲ་དེ་རྣམས་ཅིག་ཤོས་དེ་ལ་ངེས་པར་བརྒྱུད་བའང་མེད་  
དེ། རྒྱུ་པོ་གཏུམ་པ་དང་རལ་གྱི་གཉིས་ལ་ནི་སྟོ་ཤའི་སྒྲ་སོ་སོར་འཇུག་པ་ལ་  
སྟགས་པ་བཞིན་ནོ། དེས་ན་མི་བདག་འདི་ཡི་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་རྣམ་པས་  
མི་དབང་འདི་ཡི་ནི་སྟོ་དང་བཀྲ་ཏུ་ཞེས་པར་ཡང་གོ་དགོས་སོ། དེ་ལྟར་རྒྱལ་  
པོ་དང་རལ་གྱི་སྟགས་འདྲ་གཉིས་སུ་བཞག་པ་དེས་སྦྱར་པའི་རྒྱལ་པོ་བཅུ་ཅིང་།  
སྦྱོར་བྱེད་གྱི་ཆོས་དེ་རྣམས་རལ་གྱི་སྟགས་ལ་ངེས་པར་བརྒྱུད་བྱས་པས་རྒྱལ་པོ་  
ལ་ལྟོག་པའམ་མེད་པ་གོ་བའི་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་སྦྱར་བ་ཡིན་ཏེ། མ་སྦྱར་  
ན་གང་ལ་ཡོད་པ་དང་གང་ལ་མེད་པའི་དོན་གོ་བར་མི་འགྱུར་རོ། དེས་པ་  
འགོག་པའི་སྦྱར་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་དབང་པས་བསྐྱུང་བ་ཡི་ས་གཞིའི་  
ཁྱོན་ལ་ཆེར་མ་ནི། མེད་ཀྱི་བདུན་ལྟེན་ཁོ་ན་ལ་མཐོང་གི་དེ་ལས་གཞན་  
དུ་ཆེར་མ་མེད་པའི་ས་གཞི་འདྲམ་པ་འབའ་ཞིག་པའོ། ཞེས་ངེས་པར་བརྒྱུད་བྱས་  
ནས་འོན་ཀྱང་དེ་ཁོ་ནར་ཡང་མ་ངེས་ཏེ། ཆགས་ཅན་གང་ཞིག་འབྲིག་པ་ལ་  
ཞུགས་ནས་ཕན་ཚུན་འབྲུད་པར་གྱུར་བ་རྣམས་གྱི་ལུས་ལ་འང་མཐོང་རོ་ཞེས་  
བ་སྦྱ་ལངས་པ་ལ་བསམ་པའོ། རྒྱལ་པོའི་ལུས་གྱི་ས་གཞིར་བདུན་ལྟེན་པའི་  
ཆེར་མ་ལས་ཆེར་མ་གཞན་མེད་པར་ངེས་པར་བརྒྱུད་བྱས་པ་དེ་ཆགས་པའི་སྦྱ་ལངས་  
བདུན་ལྟེན་པའི་ཆེར་མ་འདྲ་བས་བདུན་ལྟེན་པ་ཁོ་ནར་ངེས་པ་བཀག་པར་བྱས་  
ཀྱང་དམ་བཅའ་ལྷ་ཕྱི་དངོས་སུ་འགལ་བའི་སྟོན་མེད་པར་མ་ཟད། ཕྱི་མས་

སྒྲུབ་ཡང་ས་གནི་ལ་ཆོར་མ་མེད་པར་བསྐྱབ་པའོ། །འདྲིར་རྒྱལ་པོས་བསྐྱར་  
 པའི་ས་དང་བདྲའི་ཡུ་བ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོར་མ་  
 དང་སྒྲེ་བོ་ངན་པ་གཉིས་ཀར་འཇུག་སྟེ། སྒྲེ་བོ་ངན་པ་མེད་པར་བྱས་པ་ལ་  
 ཆོར་མ་དཀྱགས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱལ་པོའི་ཡུལ་གྱི་ས་  
 གནིར་ཆོར་མ་དངོས་དང་སྒྲེ་བོ་ངན་པ་གཉིས་ཀ་མ་དམིགས་པས་ཀྱི་རྒྱ་  
 བདྲའི་ཡུ་བ་དེས་པར་བྱས་ནས། སྒྲུབ་འབྲེལ་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ལུས་ལའང་  
 མཐོང་ཞེས་པས། སྒྲུབ་བརྟག་ཀྱང་དེ་ཙམ་ལས་མཐོང་རྒྱ་མེད་པས་སྒྲུབ་མའི་  
 དམ་བཅའ་ཐེ་བརྟན་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུའི་ཆོག་ཉམས་ལེགས་པ་ཞིག་གོ། །ཁྱད་  
 ཆོས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བཞི། ས་འཛིན་ཞེས་པ་དེ་དང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་  
 ཀའི་མིང་སྟེ་ཁྱད་གཞི་གཉིས་སྒྲུབ་པའོ། །དེའི་ཁྱད་ཆོས་ཀ་ཀྱང་ཀ་མང་ཞིང་།  
 ཞེས་ཀ་ཀྱང་ཀའི་རྒྱ་རི་ཞོལ་དང་། ལག་གཏུབ་དང་། གྲོང་ལའང་འཇུག་པས་  
 རི་ཞོལ་མང་བ་རི་ཡི་ཁྱད་ཆོས་དང་། གཞན་གཉིས་གང་རུང་མང་བ་རྒྱལ་  
 པོའི་ཁྱད་ཆོས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟི་བརྗིད་ལྡན་པ་ནི་ཉི་མ་དང་རྒྱལ་པོ། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དེས་པར་དར་ཞེས་ལུ་ད་ཡའི་རྒྱ་ཤར་བའམ་དར་བ་ལ་  
 འཇུག་པས། ཉི་མ་དེས་པར་འཆར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་མངའ་ཐང་དེས་པར་  
 དར་བའོ། །ཡང་ན་ཉི་མ་ནི་གཟི་བརྗིད་དེས་པར་དར་བའམ་བདོ་བ་དང་།  
 རྒྱལ་པོ་མངའ་ཐང་དེས་པར་དར་བ་ཞེས་བཤད་ན་བོད་སྐད་ཀྱི་འགྲུར་འདི་  
 ལའང་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་ཡོད་པར་འགྲུར་རོ། །སྒྲེ་རྒྱའི་བདག་མོ་ཉིད་དུ་བྱུང་བའམ་

ལྷུང་བ་ནི་ཚངས་པ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་འོ། །དུམ་པོ་ལྷུང་བ་དཔལ་བ་  
 སོགས་ལ་འཇུག་པ་ལས། ཚངས་པའི་བྱེ་བྲག་ལྷུང་བ་ཞེས་པ་དང་། རྒྱལ་  
 པོ་དཔལ་ཞིང་ལྷུང་བ་ཞེས་སྐྱ་མ་དག་གིས་བཤད། དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་རྒྱུའི་བདག་  
 ལྷུང་དུ་སྤྱི་ཞེས་བརྗོད་ན་ལེགས་ཀྱི། ལྷུང་བར་བསྐྱར་ན་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་  
 བས་སྐྱ་སྐྱར་ཞིག་པར་འགྱུར་ལ། ཚངས་པ་རྒྱལ་པོའི་སྒོ་ནས་གང་ཡང་འཇུག་  
 བས་ལྷུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་སྤྱི་ལྷུང་བའམ་བྱ་བ་སྤྱི་བར་བསྐྱར་བའི་ལྷུང་  
 བར་བྱས་ན་བོད་སྐད་དུ་འདྲ་སྒྱུར་བའི་རྩལ་མི་འཛིག་གོ། རྗེ་པོ་ཞེས་པ་གཞོན་  
 རུ་གཤོང་དུག་དང་རྒྱལ་པོ། རུས་པ་འཛིན་ཡང་དེ་ཞེས་པ་རྗེ་བོ་འདྲ་ཡིན་ལ་  
 རུས་པ་འཛིན་པ་འདྲ་དེ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ། །དེ་ལ་ཤུག་འཛིན་སྐྱ་མདུང་ཐུང་དང་  
 རུས་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པས། གཞོན་རུའི་ལག་ན་མདུང་ཐུང་འཛིན་པ་དང་།  
 རྒྱལ་པོ་ས་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་རུས་པ་འཛིན་པའོ་ཞེས་བཤད། དེ་ལྟར་ན་  
 རྗེ་པོ་ཤུག་འཛིན་ཡང་དེ་ཞེས་བསྐྱར་ན་ལེགས་ཀྱི། རུས་པ་འབའ་ཞེས་ལ་  
 བསྐྱར་ན་སྐྱ་སྐྱར་བ་ཞིག་པར་འགྱུར་ལ། རུས་པར་བསྐྱར་ན། གཞོན་རུས་  
 མདུང་ཐུང་གིས་སྐྱ་མེན་འཛམས་པའི་རུས་པ་འཛིན་ལ། རྒྱལ་པོས་དབང་  
 ཆེ་བའི་སྒོ་བས་ཀྱིས་དག་ལྷ་འཛམས་པའི་རུས་པ་འཛིན་ཞེས་བཤད་ན་སྐྱར་  
 བ་མི་འཛིག་གོ། དེ་ལྟར་ས་འཛིན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱར་ལྷ་བཞི་ལ་རྗེས་  
 གྲུབ་ཀྱི་སྒོ་ནས་དངོས་མིང་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་ཡང་ས་གཞི་དཔུང་བས་འཛིན་  
 པ་སོགས་དོན་གྱི་སྒོ་ནས་མིང་དེ་ཐོབ་པས། མིང་གི་སྒོ་ནས་ཁྱད་གཞི་དེ་དག་

སྒྲུབ་ནས་ཁྱད་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་དོན་ཅི་རིགས་པའི་རྩལ་གྱིས་གཉིས་  
 ཀ་ལ་མི་འགལ་བར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཁྱད་ཆོས་འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་པ་  
 བྱིན་ཏེ། ཉམས་པའི་གོ་འཕང་ལས་མི་ཉམས་པ་བྱུང་འཇུག་དང་། མངའ་ཐང་ཉམས་  
 པ་མེད་པ་རྒྱལ་པོ་གཉིས་སྒྲུབ་ནས་ཉམས་མེད་ཡིན་ཡང་། ཆོས་གཙུག་མེད་  
 ཞེས་པ་བྱི་ཁྲའི་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་དང་། སྒྲུབ་སྒྲུག་སྤུ་མར་འཇུག་པ་ལས།  
 རྒྱལ་པོ་དགོ་ཆོས་རྒྱུན་མི་གཙུག་པ་སྒྲུབ་པ་ཆོས་གཙུག་མེད་པ་མི་འགལ་ལ། ཁྱབ་  
 འཇུག་སྒྲུབ་པ་གཙུག་མེད་པར་འགལ་ཏེ། ཁྱབ་འཇུག་གིས་སྒྲུབ་པ་ཡིན་སྒྲུབ་  
 གི་གཞུགས་ཅན་དུ་མ་བྱུང་བཅད་ཅིང་བསད་པར་གྲགས་པས་སོ། །ཞེས་སྒྲུབ་  
 མ་དག་འཆད་ཀྱང་། ཉམས་མེད་ཡིན་ཡང་སྒྲུབ་པ་གཙུག་མེད་ཞེས་པ་ཁོ་  
 བས་ཆོག་འདུག་གོ། །

སྒྲུབ་པ་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྒྲུབ་པ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་དག་རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཡང་ཟད་མི་ཤེས་  
 ཞེས་པ་སྒྲུབ་པ་མར་དོར་འཛད་པས་འགལ་ཞིང་། རྒྱལ་པོ་ལ་མི་འགལ་ལོ། །  
 བདེ་བྱེད་དབང་ལྷན་གྱི་མིང་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་མངའ་འབངས་བདེ་བར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་བདེ་བྱེད་ཡིན་ཡང་། ལྷ་རྒྱལ་ལས་འགོ་དང་། ལྷ་མ་  
 མཁན་དང་གཡོ་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་པ་ལ་འཇུག་པས་དབང་ལྷན་ལ་ལས་འགོ་སྒྲུབ་  
 རྒྱལ་པོ་མེད་པ་འགལ་ཞིང་། རྒྱལ་པོ་ལ་ལྷ་མ་སྒྲུབ་པ་དེ་དག་མེད་པ་མི་འགལ་  
 ཞེས་བཤད་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་ལ་ལས་འགོ་སྒྲུབ་པ་རྒྱལ་པོ་མེད་པ་མི་འགལ་། དབང་  
 ལྷན་ལ་འགལ་ཞེས་བཤད་པ་ཁོ་ནས་ཀྱང་ཆོག་འདུག་ལོ། །ལྷ་ཡང་བེ་བྱ་རྒྱ་མེད་

ཤེས། ཞེས་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལྟ་དང་། མིའི་ལྟ་ཞེས་པ། རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀ་ལྟ་  
ཡིན་ཡང་། བི་བླ་མིན་པར་ཤེས་པ་ནི། བི་བླ་ན། རྣམ་སང་དང་། མཁས་  
བྲལ་ལ་འཇུག་པས། རྒྱལ་པོ་མཁས་བྲལ་མིན་པས་དེར་མི་འགལ་ལ། ལྟ་  
རྣམ་སང་མིན་པ་འགལ་ལོ། ཞེས་བཤད་ཀྱང་། ལྟ་ཡང་རྣམ་སང་མིན་པར་  
ཤེས། ཞེས་རྒྱལ་པོ་རྣམ་སང་མིན་པར་ཤེས་ཞེས་བས་ཆོག་པར་གདའ་སྟེ་  
ལྟ་རྣམ་སང་གཉིད་ཀྱིས་ཕྱོས་པ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་སང་ལ། མི་ནི་དེ་ལྟར་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་གཅིག་ལ་འགལ་ཅིག་ཤོས་ལ་མི་འགལ་པའི་  
ཆོས་གཉིས་རེ་རིས་པར་བརྟེན་དགོས་ན་འགལ་ཞིང་། མི་འགལ་པའི་སྒྱུར་  
བར་སྒྱུར་ན་འདི་ནི་འགལ་པའི་སྒྱུར་བ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་གང་རུང་དང་  
འགལ་བས་ཆོག་པ་འདྲ་སྟེ་པའོ། །

ཉེར་ལྟ་པ་བྱུང་པར་བརྟེན་པའི་རྒྱན་ལ། རོ་པོ། དབྱེ་བ། མཇུག་སྟུང་གསུམ།  
དང་པོ། དཔོན་པོ་འགའ་ཞིག་གི་འབྲས་བུ་བྱེད་པའི་བྱུང་པར་རབ་ཏུ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དང་རིགས་དང་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ངག་གང་ཏུ་  
མ་ཆང་བ་ཉིད་བསྟན་པ་དེ་ནི་བྱུང་པར་བརྟེན་པར་བྱས་པའི་རྒྱན་ཏུ་འདོད་  
དེ། རྒྱ་མ་ཆང་བས་འབྲས་བུ་བྱེད་པ་མིན་ཡང་འདི་དག་ལ་མ་ཆང་བ་ལྟ་བུར་  
སྒྱུར་ཀྱང་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ཅུས་པར་བསྟན་པ་ནི་དཔོན་པོའི་རང་  
བཞིན་སྒྱི་མཐུན་པ་ལས་བྱུང་པར་དུ་སྒྱུར་བ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བ་ལྟ་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་བྱུང་པར་བརྟེན་



པའི་རྒྱུན་ནི། མེ་ཏོག་གི་གཞུ་ཅན་འདྲོད་ལྟ་དག་གི་མཚོན་ཆ་མདའ་ལྟ་བུ་དེ་  
 བྱི་མཚོན་ཆའི་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་པ་པ་དང་ཚོ་བའང་མིན། ཞེས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་མ་  
 ཚང་བ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་མདའ་ལྟ་བུ་པོ་འདི་ཡིས་ནི་ས་འོག་ས་སྟངས་སྤྱི་འཛིན་གྱི་  
 རྟེན་གྱི་ས་གསུམ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་སོ། །རིགས་མ་ཚང་  
 པའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ། ཡིད་འོང་མ་འདི་དག་ལྟའི་སྤྱོད་ཡོན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་  
 བྱེད་བྱའི་ཐུག་པའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའང་མིན། དེ་ལྟ་མོད་གྱི་གཞུགས་མཛེས་  
 པས་ལྟ་ཚངས་པའི་ཡང་ཆགས་བྲལ་གྱི་དཀའ་ཐུབ་གཞོམ་པ་ཉིད་རྒྱུ་པར་  
 རྒྱས་སོ། །ཞེས་དང་། བྱ་བ་མ་ཚང་པའི་བྱད་པར་བརྗོད་པའི་དཔེ་བརྗོད་ནི།  
 གདོང་ལ་ཁྲོས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་ཁྲོ་གཉེར་དག་ནི་མ་བསྐྱུས་ཤིང་།  
 སོ་ཡི་གཡོགས་མཆོས་ཀྱང་མ་བསྐྱོད་ལ། མིག་ཀྱང་སྤང་མིག་དམར་པོར་  
 མ་གྱུར་པར། དག་ཡི་རིགས་ནི་མཐའ་དག་ཉམས་པར་བྱས་ཏེ་བྲན་དུ་བཞོལ་  
 ཞེས་ཁྲོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་བྱ་བ་དེ་དག་མེད་པར་དག་འཛོམས་པའོ། །  
 རྣམ་མ་ཚང་པའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ་ནི། ཤིང་རྩ་མེད་ཅིང་གྲང་བོའང་མེད།  
 རྩ་མེད་ལ་རྒྱང་ཐང་མེད་པར་ཡང་། ཆགས་པའི་བྱར་མིག་ཉིད་གྱིས་བྱད་མེད་  
 རྣམས། ལྟ་ཁྱུ་མིའི་འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏོ། །བྱར་མིག་  
 ལ་རྒྱལ་བྱེད་གྱི་རྣམ་དབྱངས་བཞི་པོ་གང་ཡང་མེད་པའམ་མ་ཚང་ཡང་གཞན་  
 ལས་རྒྱལ་བར་བསྟན་པའོ། །རྒྱུ་མ་ཚང་པའི་བྱད་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱུན་ནི། གང་  
 གི་གཞུགས་ཡས་ཁང་འདྲན་བྱེད་གྱི་ཤིང་རྩ་ལ་འཁོར་ལོ་གཅིག་པ་ལས་མེད་པ་

དང་། ཤིང་རྩ་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཁ་ལོ་པ་དང་སྤོང་འགོས་སྤྱོད་གི་བྱ་ཡིན་ལ། བྱ་  
ཁྱུང་གི་སྤྱོད་པོར་གྱུར་པ་སྒྱུ་འིང་དེའི་བརྒྱ་ཆག་ནས་མེད་པས་ཉམས་པ་དང་།  
ཤིང་རྩ་འདྲེན་པའི་རྩ་བ་དུན་ཡོད་པས་གངས་མི་མཉམ་པར་གྱུར་པ་ནི་རྒྱ་ཡི་  
ཡན་ལག་མ་ཚང་བ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཟི་བྱིན་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་ཉི་མས་ལྟ་སྒྲུ་མིའི་  
འགོ་བ་གསུམ་པོ་ཟེལ་གྱིས་མནན་པར་གྱུར་ཏེ། །གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་ཡི་འཕྱོར་པའི་བྱུང་པར་འགའ་མ་ཚང་བ་ལྟར་སྤྲང་ཡང་། གཟི་  
བྱིན་ཅན་དང་སོགས་སྒྲུ་མ་ཚེར་ལྟར་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་ལས་  
རྒྱ་ཡི་བྱེད་པ་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པར་གྱུར་པ་འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་བྱུང་པར་བརྗོད་པ་  
ཡིན་ནོ། །མདོ་ཉི་མའི་སྤྱིང་པོ་ལས། སངས་རྒྱལ་སྤྱུ་བས་སྤྱ་སེམས་ཅན་སྤྱ་  
འགོ་བ། །བདུད་རྣམས་བྱེ་བས་བསད་པར་མི་རུས་ཏེ། །རྩྱལ་བྲིམས་ཉམས་  
ཤིང་སྤོ་ནི་འབྲུགས་ཟེན་གྱང་། །དེ་ནི་ངེས་པར་སྤྱེ་བའི་པ་རོལ་འགོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡང་རྩྱལ་འདི་དང་མཚུངས་སོ། །གསུམ་པ་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་འུ་  
པ་འདི་ཡིས་བྱུང་པར་བརྗོད་པའི་རིགས་སྤྱ་གྱུར་པའི་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
རྣམས་གྱང་འདི་ལས་མཚོན་ནས་རང་གི་སྒྲོས་བརྟག་པར་བྱའོ། །  
ཉིར་དུག་པ་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བའི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ་དང་དཔེ་བརྗོད་གཉིས།  
དང་པོ། དཔོན་པོ་གང་ཞིག་གི་དོན་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དབང་གིས་དེ་  
དང་ཆ་འདྲ་བའི་ཡོན་ཏན་ནམ་རྣམ་པ་བརྗོད་བྱ་རང་ཉིད་ལས་གྱང་ཆེས་བྱུང་  
པར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གཞན་དང་། དཔེར་ན་བྱས་པར་དོན་གཅིག་ཏུ་མཚུངས་

པར་བྱས་ནས་འགའ་ཞིག་ནི་བསྟོད་པའམ། འགའ་ཞིག་སྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་  
བསྐྱགས་པ་གང་དེ་ནི་དེ་དག་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བར་བཤད་དོ། །འདི་ལ་ཁ་  
ཅིག་བསྟོད་པ་ན་གཞན་ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་སྒྱུར་  
བ་ཡིན་མོད་ཀྱི། སྒྲུབ་པའི་ཆོ་མཚུངས་པའི་ཆོས་གཞན་ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་  
སུ་མི་འགྱུར་ཏེ་སྒྱུར་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དོགས་ན། འདི་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
ཞེས་པ་བཟང་ངན་གྱི་ལྷས་ཕྱེ་བའི་བཟང་པོ་ཁོ་ན་ལ་གོ་མི་དགོས་ཏེ། སྒྱུར་  
གྱི་ཆོས་སུ་བཏགས་པ་ཡང་སྒྱུར་ཅན་དེ་ལ་བསྟོས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་དེས་  
པོ་དེའི་རྣམ་པའམ། དེ་ལ་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་མིན་ཏེ། ལྷོག་དང་སྤྱིན་གྱི་སྟེང་  
ན་སྒྲུབ་ཅིག་གིས་མི་རྟག་པ་ཡོད་པ་ནི་དེས་པོ་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་  
ཆོས་སམ་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྒྲུབ་ཕྱི་དང་པོ་དང་མི་གཙང་བའི་འདམ་  
རྩལ་དང་། རུལ་བའི་རོ་རྩམས་མི་སྤྱུག་ཅིང་སྤྱུག་ཕྱོ་བར་མཚུངས་པར་བརྟེན་  
ནའང་། སྤྱུག་ཕྱོ་བའི་རྣམ་པ་བྱང་འཕགས་མི་གཙང་བའི་འདམ་རྩལ་སོགས་  
དང་མཚུངས་པར་བརྟེན་པ་ཡིན་པས། གོང་གི་མཚན་ཉིད་དེས་སྒྲུབ་པའི་  
མཚུངས་སྒྱུར་ལ་མ་བྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན། བརྟེན་འདོད་ཡོན་ཏན་  
བྱང་འཕགས་དང་། །མཚུངས་པར་བྱས་ནས་བསྟོད་པའམ། །འགའ་ཞིག་  
སྒྲུབ་དོན་བསྐྱགས་པ་གང་། །དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བར་བཤད། །ཅིས་  
གཞན་པ་ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་ཅན་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ནས་དེ་རྣམས་  
ལ་མཉམ་དུ་བསྟོད་པའམ། གནས་སྐབས་གང་དུ་བརྟེན་འདོད་ཀྱི་དོན་འགའ་

ཞེས་ནི་སྤྲད་པར་བྱ་བའི་སྒྲིན་ཅན་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ་སྤྲད་པའི་དོན་  
དུ་བསྒྲགས་པ་གང་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་བར་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས། དང་པོ་བསྟོད་པའི་མཚུངས་  
སྒྱུར་ནི། ལྟ་ཡི་སྤྲུགས་ཀྱི་བདག་པོ་གཤིན་རྗེ་དང་། བྱང་དུ་ལུས་ངན་ཏེ་གནོད་  
སྒྲིན་དང་། ལུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་དང་། ཤར་དུ་མིག་སྟོང་པ་བརྒྱ་ཕྱིན་དང་། དབུས་  
ན་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ཉིད་ཀྱང་སྟེ། ཁྱེད་ནུམས་ལ་འཛིག་ཏེན་སྒྲོང་བ་ཞེས་པའི་མིང་  
གིས་སྒྲུ་འདི་ནི་ཡུལ་གཞན་ལ་འཇུག་པ་མེད་པར་ནུམ་པར་འཛིན་ནོ། །ཞེས་  
བརྒྱ་ཕྱིན་སྟགས་དང་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ན་ཅིག་འཛིག་ཏེན་སྒྲོང་བ་ཡིན་པར་བསྟོད་  
པའོ། །སྤྲད་པའི་མཚུངས་སྒྱུར་ནི། ཆགས་བདེའི་སྤྲད་དུ་རི་དྲགས་མིག་ཅན་  
མཛེས་མ་དང་ལྷ་ན་ཅིག་འཇུག་པ་སྟགས་ཀྱིས་འགྲོགས་པ་ཡི་གནས་སྐབས་  
དང་། སྟོག་གི་ཚེ་དགའ་གཡོ་བའི་བྱ་བ་དག་དང་ནི་སྒྲིན་གྱི་འདུ་འགོད་ཚུམ་  
པའང་རང་གི་རང་གིས་སམ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་གནས་  
ཏེ་དེ་དག་སྤྲད་ཅིག་སྤྲེ་བྱེ་རིམ་བྱུང་ཡིན་པས་སོ། །

ཉིར་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ། དབྱེ་བ། མཇུག་སྤྲད་གསུམ་  
ལས། དང་པོ། དཔོན་པོ་གང་ལ་འགལ་བའི་སྒྲུ་བོ་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་གོ་  
བར་བྱེད་པའམ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྲད་དུ་ནི། བས་སྒྱུར་གང་དུ་ཆོག་གམ་  
དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་པན་ཚུན་འགལ་བ་ནུམས་དུས་སམ། ཡུལ་གྱི་གཞི་གཅིག་  
ལ་འགལ་བ་དེ་གཉིས་ཡང་དག་འགྲོགས་པར་རབ་བསྟན་པ་དེ་ནི་འགལ་བ་

ཡི་རྒྱན་དུ་བཤད་དེ་དཔེར་བརྗོད་ན་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ། གཞུང་འདི་ལས་དབྱེ་བ་དུག་བཤད་པའི་དང་པོ། བྱད་གཞི་  
ཐ་དད་ཀྱི་བྱ་བ་འགལ་བའི་རྒྱན་ནི། འདི་ལྟར་སྟོན་ཀའི་དུས་སུ་ངང་པའི་  
རྒྱལ་པོ་རྣམས་དག་ནི་དགའ་བས་སྟོས་པའི་གདངས་སྒྲན་པའི་ཅ་ཅོ་འཕེལ་  
བ་དང་། དུས་དེར་ཆར་སློན་འབྲུག་སྐྱ་ཅན་ཉམས་པས་མ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་  
དག་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་དང་བྲལ་བས་ཉམས་སོ། །ཞེས་དུས་  
གཅིག་པོ་དེ་ལ་སྐྱ་སྒྲན་པོ་འཕེལ་བ་དང་ཉམས་པ་འགལ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བའི་  
ཕྱིར་བྱ་བ་འགལ་བའོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་འགལ་བའི་རྒྱན་ནི། དབྱར་ཀྱི་དུས་ལས་སྟེས་པའི་ཚུ་  
འཛོན་སྐྱལ་པོ་མདོག་ནག་ངམ་དང་ལྗན་བ་དག་གིས་ནི་ནམ་མཁའ་ཡི་གོ་  
སྐབས་ཡུལ་ངན་བ་སྟེ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་མི་སྐྱལ་བ་ལྟ་བུར་སྟོན་པར་བྱེད་  
ཅིང་། སློན་དེས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པ་དག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིས་ཀྱང་འགོ་བ་རྣམས་  
ཀྱི་ཡིད་ནི་ཀྱན་ཏུ་ཆགས་པར་གྱུར་ཏོ། །སློན་གཅིག་གིས་ཡུལ་ནམ་མཁའི་  
ཁམས་ཆགས་བྲལ་སྟོབ་པའི་རྣམ་པར་བྱས་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་འགོ་བའི་ཡིད་  
སྐྱལ་བ་ལ་ཆགས་པའི་ཆགས་ལྗན་དུ་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་འགལ་བས་སོ། །  
རྩ་ས་འགལ་བའི་རྒྱན་ནི། གང་གི་རྟེན་པ་མཚོག་ཏུ་བྱ་ཞིང་རྩ་སྐྱེད་རབ་ཏུ་  
སྟོམ་པ་དང་། མཚུ་སྟོས་དམར་ཞིང་མིག་འབྲས་ནི་དཀར་བ་མེན་པ་སྟེ་ནག་  
པོའི་མདངས་དང་ལྗན་ནོ། །ཉེ་བ་གཏིང་ཟབ་ལ་དམའ་ཞིང་རྩ་མ་འབྱར་ལ་

མཐོ་བའི་བྱང་མེད་ལུས་ཀྱིས་གང་ཟག་སུ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་ཆགས་ལྡན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་བརྟན་པ་དེས་འཕྲོག་པ་འཕམ་བཅོམ་པར་བྱས་སོ། །ཞེས་བྱང་མེད་ཀྱི་  
རྣམ་དེ་དག་མི་འདྲ་བ་འགལ་བའི་རྣམ་པར་བརྟེན་པའོ། །རྣམ་དང་དེ་ཡི་བྱེད་  
ལས་འགལ་བ་ནི། བད་ཅུའི་སྟེ་བསྐྱའི་ཅ་བ་ཡི་འག་པ་དཀར་ཁིང་མཉེན་པ་  
དང་། མཁྱེད་ལ་རྒྱུ་པ་ཚུ་ཤིང་གི་བརྒྱ་དང་། དཀར་ལ་དམར་མདངས་  
ཀྱིས་མཛེས་པ་བསྐྱའི་གདོང་དང་། གནག་ལ་དཀྱུས་རིང་བ་ལྷུང་ལ་གྱི་མིག་  
ཅན་མ་བྱོད་ཀྱི་གཟུགས་འདི་འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ཅག་རྣམས་གདུང་བུས་  
བ་མིན་ནམ་ཞེས་པར་དེས་པར་གདུང་ངོ་ལུས་ཅན་མ་ཞེས་སོ། །འདི་ལ་རྣམ་  
དེ་དག་གི་ཡིད་དུ་འོང་བས་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་རིགས་ཀྱིས་གདུང་མི་  
འོས་ན་ཡང་གདུང་བ་བསྐྱེད་པ་ནི་རྣམ་དང་ལས་འགལ་བའོ། །གཞི་གཅིག་  
གི་བྱ་བ་འགལ་བ་ནི། སྐྱེད་ཆའ་རྣམས་རྒྱུང་གིས་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཤིང་  
ཙུ་ཏ་ཨ་མ་སྤྲ་དང་ཅ་སྤྲ་ཀ་ཡི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་རྣམས་མིག་ལ་རེག་པ་མིན་ཡང་།  
བྱང་མེད་དང་བྲལ་བའི་མཐོན་པོ་ཡི་མིག་ལ་མཆི་མ་ཟག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་  
གཞི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་ལ་མ་རེག་པ་དང་། མཆི་མ་ཟག་པར་  
བྱེད་པ་འགལ་ལོ། །གཞི་མིག་གཅིག་ལ་མ་རེག་པ་མཆི་མ་ཟག་པར་བྱེད་པ་  
འགལ་ཞེས་བཤད་པ་འདྲ་སྤང་དོ། །སྐྱར་བའི་འགལ་བ་ནི། གྱེད་གསལ་ལྟར་པར་  
སྒྲིག་མ་བྱོད་ཀྱི་མིག་གི་འབྲས་སུ་ནག་པ་དང་། དེའི་མཐའ་དཀར་པ་དང་།  
མིག་སྒྲིན་དཀར་པོ་དེའི་རྣམ་སུ་དམར་པ་ཡང་འདི་ལྟར་དཀྱུས་རིང་བའི་མཐའ་

ན་བ་དག་ལ་བརྟེན་པ་འདི་ནི་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་སྒྲུ་ཡི་ཡིད་བརྟན་  
 པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་འདི་མཐོང་བས་ཆགས་པས་ཡིད་མི་བརྟན་  
 བར་གཡོའོ། ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཡང་ན་འདིས་སྒྲུ་ལ་དགའ་བ་སྦྱེད་མ་ངེས་  
 པས་ཡིད་བརྟན་མེད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་བཤད་ཀྱང་རུང་ངོ་། །འདི་ལ་སྒྲུར་  
 བ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཅེན། གྲིལ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ལ། རོགས་ཀྱི་དོན་མི་འདྲ་བ་གཉིས་  
 སྒྲུ་འགྱུར་ཏེ། གྲིལ་ནག་མོ། ཡུལ་ན་མིད་སྒྲུབ། ཡུལ་རྒྱུ་འདྲའི་རྗེས་ཆགས་  
 ཀྱང་རོགས་སྒྲུ་མ་དང་དོན་མི་འདྲ་བ་འདི་ལྟར། བག་མོ་སྒྲུབ་སྒྲོག་ཁྱོད་གྱི་  
 མིག་ མིད་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་ལྟ་བུའདྲ་ཀྱང་། ཀཾ་དག་ལ་བརྟེན་པ་ནི། སྒྲུ་ཡི་  
 ཡིད་བརྟན་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་སྒྲུ་བསྒྲུར་པའི་དོན། བག་མོ་ཞེས་པ་སྐབས་  
 འདིར་མིད་སྒྲུབ་གྱི་ཆུང་མ་དྲོ་བ་དྲི་ཡིན་ལ། ཁྱོད་རང་གི་ཁྱོ་བོ་མིད་སྒྲུབ་ལ་  
 ཆགས་ཀྱང་། དེའི་དག་པོ་ཀཾ་ལ་ཡང་འདོད་པ་བརྟེན་པའི་སྦྱོད་ཚུལ་འདི་  
 ལ་སྒྲུ་ཞིག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་ཆོགས་བཅད་དོན་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སྒྲུ་འགྱུར་བའོ། །  
 དེར་མ་ཟད་ཡང་བསྒྲུར་ཚུལ་གཅིག་ལྟར་ན། ཆོག་རྒྱུང་དང་པོ་ཁྱབ་འཇུག་  
 ལ་གོ་ནས་དེ་མིད་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་ཀྱང་། ཀཾ་ལ་བརྟེན་ལྟ་བུ་ནི། ཞེས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་འདི་སྐབས་གྲིལ་ཁྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བཅུ་ཡི་ནང་ཚན་ནག་པོ་  
 ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པས་ཁྱབ་འཇུག་གི་མིང་ཡིན་ཞིང་། ཁྱབ་འཇུག་དེ་སྒྲུ་བསེང་  
 གི་སྒྲུ་མིད་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་ཏེ་བཅེ་བས་སྦྱོང་བ་ཡིན་ཡང་། མིད་སྒྲུབ་དེའི་དག་  
 པོ། ཡང་ཞེས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཆུལ་པོ་ཀཾ་ལ་ཡང་བརྟེན་ནས་བྱམས་པས་ལྟ་

བནི་སྤྱི་ཡིད་བརྟན་དུ་འགྱུར་ཞེས་སོ། །ཚིགས་བཅད་དང་པོ་ནག་དཀར་  
 རྗེས་སྤྱད་མར་བ་ཡང་། རྩ་བ་ལ་བརྟེན་ལྟ་བུ་ནི། ཞེས་པའི་ཆོ་གྲིལ་ནག  
 ཨུ་ན་དཀར། ཨ་ལུ་རྟ་རྗེས་སྤྱད་མར་ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་དོན་མི་འདྲ་བ་  
 གསུམ་སྟོན་པའི་དང་པོ་ལྟར་ན། མིག་ལ་ནག་དམར་དཀར་པའི་ཡོན་ཏན་  
 གསུམ་འགལ་བ་དང་། སྤྱི་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བར་འགལ་བའོ། །ཁྱིམ་  
 གཉིས་ནི། བྱལ་འཇུག་དག་ལྷན་གཉིས་ཀར་མགོན་མཛད་པས་སྤྱི་ཡིད་  
 བརྟན་དུ་འགྱུར་ཞེས་དང་། རྩོལ་བྱེད་དག་ལྷན་གྱི་པ་གཉིས་ལ་མཛའ་བས་  
 སྤྱི་ཡིད་བརྟན་དུ་འགྱུར་ཞེས་འགལ་བ་བརྟན་པའོ། །རྩོལ་བྱེད་སྤྱི་ལྷན་གྱི་  
 ཀུར་གཉིས་ཀ་ལ་མཛའ་བ་དང་། བྱལ་འཇུག་གྱུང་དེ་གཉིས་དང་མཐུན་པ་  
 ཡོན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཆེས་རྒྱས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྤྱི་ཡིད་འགྱུར་བཤད། འདིར་  
 ལྷན་བསྐྱེད་ཚུལ་ཡི་གེ་མང་བས་མ་བཀོད་དོ། །གསུམ་པ་མཇུག་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟར་  
 འགལ་རྒྱུ་འདི་ཡི་རྣམ་པ་ནི་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་རྟོགས་  
 པར་བྱའོ། །

ཉེར་བརྒྱད་པ་སྐྱབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱུན་ལ། རོ་བོ་དང་། དཔེ་བརྗོད་། དེའི་  
 དོན་བཤད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྤྱིར་བསྟོད་བྱུང་གྱུར་པ་འདི་ལ་ཅིས་  
 མི་བསྟོད་སྟམ་པའི་བསྟོད་འོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཞིག་མིན་ན་ཡང་རང་  
 གི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འདོད་པས་བསྟོད་པ་ནི་སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་བསྟོད་  
 པ་ཡོན་ནོ། །བསྟོད་བྱའི་སྐབས་སུ་མ་བབ་བཞིན་བསྟོད་པ་ལ་མཛེས་པའི་



རྒྱལ་གྱི་ཉམས་ཅི་ལ་ཡོད་སྒྲུལ་ན། སྐབས་མིན་ཡང་འདོད་པ་དེའི་རོལ་བསྟོད་  
བྱུང་ལོས་པ་ལྟ་བུར་སོང་པའི་བྱིར་བཞེད་པ་ལེགས་པར་འགྱུར་རོ། །  
གཉིས་པ་དེའི་དབེར་བཞེད་པ། གཞན་དོ་སྦྱང་གིས་མི་བསྟན་པའི་རི་དྲགས་  
འདི་རྣམས། འབད་པ་ཆེན་པོ་མེད་པས་རྟེན་པར་སྒྲུབ་པའི་ནོར། ལུ་ཡི་བཏུང་  
བ་དང་ཙ་བའི་ལྷག་ཅིས་པ་ལྷུག་སྒྲུབ་སྒྲུས་པ་དེ་དང་། མོགས་སྒྲུས་གིང་ལོ་  
དང་མེ་ཏོག་མོགས་གྱིས་བག་ཡངས་པའི་ནགས་རྣམས་སྒྲུ་ནི་རང་དབང་དུ་  
བདེ་བར་འཛོལ་ནི། ཨེ་མ་སྐལ་བ་བཟང་ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་དེའི་དོན་ནི།  
རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སྒྲུ་འབྲངས་པས་འཁོར་འབངས་བྱ་བ་སྒྲ་ཚོགས་དབང་མེད་  
པར་བྱེད་དུ་བརྟུག་པས་ཉོན་མོངས་པ་གིན་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་ཅན་གྱིས་མིར་གྱུར་  
པ་དག་གིས་དུང་འགྲོ་རི་དྲགས་གྱི་སྟོན་ལུ་ལ་བསྟོད་པ་སྦྱིར་སྐབས་སྒྲུམ་  
བབ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་གྱང་། རྒྱལ་པོའི་བྱ་བས་སྒྲུབ་པས་དེ་དག་གིས་རི་དྲགས་  
གྱི་སྟོན་ལུ་ལ་འདི་དག་འདི་ལྟར་བསྐྱབས་པའང་ཆ་འགའ་ཞིག་ནས་བཞེད་ལོས་  
པ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །འདིར་དོན་མེད་པའི་སྒྲུབ་མང་པོ་ལ་དགའ་བ་ཅན་ཞིག་  
གིས་མི་གཉིད་དུ་སོང་བ་ཞིག་ལ་འབྲུ་བར་བརྟུམ་པ་ལ་དེས་སྒྲུས་པ་ལྟར་བཞེད་  
པ། མང་དུ་སྒྲུབ་དང་ཆགས་སྒྲུང་རྣམ་རྟོག་གིས། །བརྒྱད་མར་གཡེང་བ་ཞིན་  
སྒྲུག་བསྐལ་ཁུར་ལེན་པའི། །ཉེས་རྒྱལ་ཡོངས་ཆད་ཞི་བའི་བསམ་གཏན་  
དང་། །ཆ་འདྲ་གཉིད་ལ་ཡུར་འདི་བདེ་བར་མཐོང་། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྐབས་  
མིན་བསྟོད་པའི་རིགས་སྒྲུག་ནས་སོ། །

ཉེར་དགུ་བ་ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ། དབྱེ་བ། མཐུག་བསྟུགས་ལས།  
 དང་པོ། གལ་ཏེ་རྣམ་པ་སྤྲད་པ་བཞིན་དུ་ཡང་དོན་ལ་བསྟོད་པ་བྱས་ནས།  
 བརྗོད་ཚུལ་སྟོན་ལྟར་སྤང་བའི་སྟོན་སྟེན་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉིད་གང་དུ་ཉེ་བར་  
 ཐོབ་པར་གྱུར་བ་ཡི་དག་བརྗོད་ཚུལ་འདི་ནི་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པར་བཤད་དོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མཐུ་ཐུན་ཆོག་གསུམ་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།  
 རྣམ་དགའ་ཐུབ་པ་ཡིས་ཀྱང་། །ཞེས་པ་དང་སྟོང་གྱི་བྱ་སྟེང་ན་སྟོང་གེས་  
 པའི་རིགས་ལས་བྱུང་བ་རྣམ་ཞེས་པ་དེས་གཞན་གྱིས་སྟོད་པར་དགའ་བའི་  
 དགའ་ཐུབ་དག་པོ་ཡུན་རིང་བྱས་པའི་མཐུས་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་  
 རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་རྒྱ་ཆེར་ཡོད་པ་དང་སྦྱར་བ་རྣམ་ཆ་སྤྲམ་དགུ་  
 སྦྱ་རྣམ་དང་། དེར་མ་ཟད་དེའི་ཐྱི་ཞིག་ཏུ་ར་སྦྱའི་རིགས་ལས་བྱུང་བ་རྒྱལ་  
 པོ་ཤིང་རྟ་བཙུ་པའི་བྱ་དགའ་བྱེད་རྣམ་ཆར་གྲགས་པ་སྤྱིན་ཡུལ་འཛོམས་  
 མཁན་དེ་ཡང་དང་སྟོང་གི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་དང་སྟོང་དངོས་མིན་ཡང་།  
 ཡབ་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་ལོ་བཙུག་གཉིས་བར་དུ་ནགས་སུ་འབྱམས་པའི་དགའ་  
 ཐུབ་ལ་གནས་ཤིང་། ཆོ་སྟོན་གྱི་དགའ་ཐུབ་སོགས་ཀྱི་མཐུས་ས་མཐའ་དག་  
 ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་རྣམ་སྤྱི་གཉིས་པོ་མིང་  
 མཐུན་པས་བསྟུས་ནས་རྣམ་ཆའི་མིང་ཅན་དེས་ཀྱང་ནགས་སུ་རྒྱ་བའི་དགའ་  
 ཐུབ་ལྟར་བྲངས་ནས་དཔུང་གཞན་མེད་པར་ཡང་འབྱུང་པོ་འཛོམ་མ་ས་ཆེན་  
 པོ་འདི་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ན། ཚུལ་དེ་ཉིད་ད་ལྟ་དཔུང་བཞི་དང་ལྗན་པའི་

ཀྱུལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བྱས་པ་ཡིན་མོད། འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་རྒྱགས་པར་མ་མཛད་  
ཅིག ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་དང་མཚུངས་པ་གཞན་དུ་མ་གཉིས་པོ་ཡང་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ང་ཀྱུལ་བྱ་རིན་མི་ཚོག་པ་སྐད་དུ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་བྱས་པའི་ཚོལ་  
གྱིས་ར་མ་གཉིས་པའི་ན་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་ཀྱུལ་པའི་མཐུ་ཕུན་སྲུལ་  
ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་པའི་བསྟོད་པ་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་དཔའ་བ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་ཚོལ་བསྟོད་ནི། རྩོན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་བྱུང་འཇུག་  
ལས་བཅད་ནས་ཀྱུལ་སྒྲིབ་ཀྱི་དཔལ་ཆེན་པོ་འདི་ཀྱུལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡོངས་  
སྒྲུབ་པར་མཐོང་ན། ཀྱུལ་པོ་བྱ་རམ་གྱིང་པའི་རྒྱུད་དུ་སྒྲིམ་པ་ལ་རབས་  
ཁྱོད་ཀྱིས་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བཟྱི་བར་རིགས་སམ་ཅི། ཞེས་མི་རིགས་པའི་  
བྱ་བ་བྱེད་པ་སྐད་དུ་ཚོལ་གྱིས་སྒྲུབ་པ་འདྲ་ན་ཡང་། བྱུང་འཇུག་གི་དཔལ་  
ཀྱང་ཕྱོག་ནས་ཡོངས་སྒྲུབ་ལུས་པའི་དཔའ་བ་ཕུན་ཚོགས་ཡོད་པར་བསྟོད་  
པའོ། །ཚོགས་བཅད་འདི་བྱ་རམ་གྱིང་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཀྱུལ་པོ་བཟང་ལུན་ཟེར་  
བས་བྱུང་འཇུག་གི་རྒྱུད་མ་དཔལ་མོ་ལ་ཡོངས་སྒྲུབ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྒྱུར་  
བ་ཡིན་ཟེར་བའང་འདུག་གོ། །སྒྱུར་པའི་ཚོལ་བསྟོད་ནི། ཀྱུལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་  
བཅུན་མོ་དང་འདྲ་བར་རང་དབང་དུ་ཡོངས་སྒྲུབ་བྱ་ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་ནི་  
ལག་འགྲོ་ཞེས་པ་སྒྲུལ་གྱི་རྩོག་ཞེས་ལུས་ཀྱི་ཆ་དག་ལ་ཆགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་གནས་པའོ། །འདི་ལྟར་གྲུ་ལྟག་མ་ཅན་གྱི་ལུས་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཆགས་པ་ཞེས་འདི་ག་རྟེན་ཆགས་ཟེར་བ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི། འདོད་ཆགས་

གྱི་ཆགས་པར་གོ་བར་མི་བྱའོ། །དེས་ན་ས་གནི་འདི་ནི་ཁྱོད་ཁོ་ནའི་མ་ཡིན་  
དེ། གྲུ་ལྟག་མ་ཅན་གྱི་ལུས་ལ་ཆགས་པ་ཡིན་པས། ས་ཆེན་པོ་འཛིན་པ་ནི་  
ང་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་ཅི་ཡི་སྤྲད་དུ་ཁྱོད་གྱི་ང་རྒྱལ་ནི་མཆོག་གི་མཐའ་རུ་  
འཛེགས་པར་གྱུར་ཅེས་སྤྲད་པ་འདྲ་ཡང་གྲུ་ལྟག་མ་ཅན་གྱི་ལུས་ལ་བརྟེན་  
པའི་ས་ཐམས་ཅད་ལ་དབང་བྱེད་པར་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པའོ། །འདི་ལ་ཁྱོད་  
གྱིས་ལོངས་སྤྲད་བྱ་བ་ཚུན་མོ་དང་ས་གནི་གཉིས་ཀ་ལག་འགྲོའི་རྩོག་སྟེ་ལུས་  
སམ་ལོངས་སྟོད་པ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བཤད་པའང་སྤང་དོ། །འདི་ལ་གྱུར་  
བཅི་ལྟར་ཡོད་ན། ལྷ་རྩི་གའི་སྤྱོད་ལག་འགྲོར་མ་ཟད་སྟེ་པོ་ངན་པ་ལ་ཡང་  
འདུག་པས་ས་སྟེང་གི་སྤྱོད་པོ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་རྩོག་ཞེས་པ་ལོངས་  
སྟོད་དེ། དེ་དག་གིས་ལོངས་སྟོད་དུ་ཆགས་པ་སྟེ་གནས་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་  
ན། ཁྱོད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྟེ་པོ་གཞན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྤྲད་བྱ་ཡིན་པས། ཁྱོད་  
ཁོ་ན་འདི་ལ་ང་རྒྱལ་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་འང་འགྱུར་བས་སྤྲད་པའི་ཟོལ་  
བསྟོད་དོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་བསྟུ་བཞི། དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་བཅོད་འདིས་  
ཉེ་བར་མཆོན་པ་ལས་སྤྲད་པ་ཅན་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་གཞན་ཡང་གཤམ་པར་བྱ་  
སྟེ། སྤྲད་པ་མིན་ཡང་དག་གཞན་དག་གི་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་  
ནི་བཅོད་བྱ་ལས་པ་དང་མཛད་ས་པ་མཛེས་པ་སོགས་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་དང་།  
བཅོད་ཚུལ་གྱི་སྟོན་སྟེ་ནས་ཀྱང་དབྱེ་བ་བྱས་ན་རབ་དུ་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་དང་བྲལ་བ་

ཡོད་དོ། །ཞེས་སོ། །

སྒྲུབ་ཚུ་བ་པའི་པའི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ། རོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་གཉིས། དང་པོ།  
གལ་ཏེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞིག་ཐོག་མར་བཀོད་པ་དེ་ཡི་རྒྱུ་ལ་རང་ལས་གཞན་  
པའང་འཇུག་པ་ཡིས། སྒྲུབ་བྱེད་དེ་དང་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་འཕམ་དགོས་པ་  
འགའ་ཞིག་མཚོག་གསལ་མཚོག་མིན་ཡང་རུང་སྟེ། སྒྲུབ་པའི་རྒྱུ་ལ་  
བསྐྱེད་བྱེད་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཚོས་གཅིག་གིས་གཅིག་པའི་པའི་བསྐྱེད་  
པ་ཡི་རྒྱུ་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་རྣམ་གྲངས་གཉིས་ལས། དང་པོ་མཚོག་པའི་  
བསྐྱེད་ནི། འདི་ལྟར་ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མེ་ཏོག་པ་རྒྱ་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་  
རྒྱས་པའི་དཔལ་སྤེར་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་བཀོད་ནས་དེས་མཚོན་  
པའམ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ། ལུག་སྒྲུབ་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དག་གི་སྒྲོ་  
ནས་ཐོག་མཐོ་རྣམས་ལ་ཕན་འདོགས་པས་རྒྱུ་འཛིན་པ་ནི་དེས་པའི་བསྐྱེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲུབ་པའི་དེ་ཉི་མ་ལ་རྒྱུ་ལ་དཔལ་སྤེར་བ་དག་ནི་དམ་པ་དག་  
གིས་ཐོག་མཐོ་རྣམས་ལ་ཕན་འདོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རམ། ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་  
པ་ནི་ཉི་མ་ལ་རབ་བརྒྱགས་བྱས་པར་སོང་ཞིང་དོན་ལེགས་པའང་མེད་པས་དེ་  
ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུབ་པའི་ཐོབ་པ་དང་འཕྲོགས་པས་དཔལ་སྤེར་སྒྲུབ་ཚོགས་པ་  
འབྲས་བུ་རྣམས་ལ་པའི་པའི་འབྲས་བུ་ཉི་མ་ལ་རྒྱུ་ལ་དཔལ་སྤེར་བ་བསྐྱེད་  
པའི་ཕྱིར་རམ་གཤམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གོ་དགོས་སོ། །འདི་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱུ་  
སྒྲུབ་པ་རྒྱ་དངོས་ཀྱི་དཔལ་སྤེར་འབྲས་པོ། འདིར་སྒྲུབ་པ་དཔལ་སྤེར་བསྐྱེད་

ཞིང་། རྒྱ་མ་ལས་ཕྱི་མ་གཤམ་པར་བྱེད་པ་སྟེ་རྒྱུ་བྱེད་རང་དབང་བ་སྟོན་ཏུ་  
བཀོད་པ་དེས་དོན་གཞན་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་གྲོགས་པོ་རྗེས་  
སུ་འཛིན་ནམས་ཀྱི། །སྟན་ཆོགས་འབྲས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་  
དོན་ཏུ་གོ་བར་བྱ་སྟེ། དམ་པའི་སྒྲིམ་སུ་གྲོགས་པོ་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ནམས་  
ཀྱི་མཐུ་ལས་སྟན་སྟམ་ཆོགས་པའི་འབྲས་སུ་འབྲུབ་པ་དེས་པར་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །སྟོན་བྱེད་ནི་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་རེག་པས་བདྲུ་ཁ་བྱེ་ཞིང་མཛེས་པར་  
བྱེད་པ་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་དེས་སོ། །

གཉིས་པ་མཆོག་མིན་དེས་བསྟན་ནི། ལྷ་བའི་ཟེར་གྱིས་རེག་པ་ན་སྟན་པའི་  
ཐེང་བའི་དེས་པར་ལུབ་པར་འབྱུང་རོ། །དེས་འཕམ་ལ་དུ་འང་རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་  
བ་ནམས་པན་པའི་མཐར་འབྱུང་བ་གསལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོ། །ལྟན་  
ཅིག་བརྗོད་པ་དང་། ཡོངས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་བསྟན་པ་དང་།  
སོ་སོའི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ།

སོ་གཅིག་པ་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ནི། ཡོན་ཏན་དང་ལས་ནམས་ལྟན་ཅིག་  
གི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་བརྗོད་པ་ནི་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ནོ། །

སོ་གཉིས་པ་ཡོངས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱན་ནི། ཡོན་ཏན་དང་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་  
ནམས་པན་རྒྱུན་བསྟོལ་བ་ལྟ་བུར་བརྗོད་པ་ནི་གང་ཡིན་པ་ཡོངས་བརྗོད་ཀྱི་  
རྒྱན་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་དག་དཔེར་བརྗོད་ན་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་སོ་སོའི་དཔེ་  
བརྗོད་བསྟན་པ་ལ། ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའི་དཔེ་བརྗོད་དང་། ཡོངས་བརྗོད་

གྱི་དཔེ་བརྗོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་རྣམ་གྲངས་གསུམ་ལས། ཐོག་མར་  
 ཡོན་ཏན་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ནི། དཔལ་བས་ཉེན་པ་དག་གིས་བརྗོད་པ་སྐད་  
 ཏུ་བྱས་པ། དེ་ནི་མཚན་མོ་འདི་དག་རྣམས་བདག་གི་བྲགས་རིང་འབྲིན་པའི་  
 དབྱགས་དང་ལྟན་ཅིག་རིང་རོ། །སྒྲུབ་པའི་རྒྱུན་ལྟན་མཚན་མོའི་ནམ་མཁའ་  
 རྒྱུ་བསངས་མ་རྣམས་ཀྱང་དཔལ་ཉེན་གྱིས་གདུང་བས་མདངས་ཉམས་པ། བདག་  
 གི་ལུས་ཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་མདོག་སྒྲུའོ། །ཞེས་རིང་བ་དང་སྒྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའོ། །བྱ་བ་ཐ་དད་པ་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ནི། མགོན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་དཔལ་བས་ཉེན་པས་སེམས་སྤོངས་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་ཏུ་གིང་རྩ་  
 ཏའི་དོག་པ་རྒྱས་གིང་། མགོན་པོ་དེ་དག་གི་མཆིམ་དང་མཉམ་དུ་མ་ལ་ཡ་  
 ཡི་གྲུང་དག་འབབ་པོ། །འབབ་པ་དང་རྒྱས་པའི་བྱ་བ་ཐ་དད་པ་ལྟན་ཅིག་  
 བརྗོད་པའོ། །བྱ་བ་ཐ་མི་དད་པ་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ནི། ལུ་བྱུག་གིས་སྒྲི་སྒྲན་  
 སྒྲིག་པའི་རྒྱ་ལས་ཡིད་འོང་གི་སྒྲུལ་བ་བཟང་པོ་དང་། བགས་ཀྱི་རྒྱུང་ནི་དྲི་  
 བཟང་པོ་དང་ལྟན་པ་རྒྱ་བ་དང་། དབྱིད་དུས་ཀྱི་ཉིན་མོར་བབ་པའི་སྒྲེ་པོའི་  
 གྲུན་དགའ་དང་དེ་རྣམས་དུས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འཕེལ་བར་གྱུར། ཅེས་གཞི་ཐ་  
 དད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་འཕེལ་བའི་བྱ་བ་ཐ་མི་དད་པ་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའོ། །དེ་  
 ལྟར་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པ་ཡི་དཔེར་བརྗོད་འགའ་ཞིག་འདིར་བྱས་ཏེ། ཡོངས་  
 སུ་བརྒྱུས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་དཔེ་ཡིས་ངེས་པར་བསྟན་པ་རྩུང་ཟད་བྱ་ན་  
 འདི་ལྟ་སྟེ། དག་རྒྱར་གྱུར་པའི་ས་སྒྲོད་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ལ་མཚོན་བསྟན་པ་

སྟེར་བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བྱེད་  
འདི་ཡིས། དྲག་རླའི་རྒྱལ་པོ་དེ་དག་གི་གཞན་ལས་རྒྱལ་བའི་གྲགས་པ་ཀྱུ་  
མུད་དཀར་པོ་ལྟ་བུའི་མ་མེད་པ་ཡུན་རིང་པོ་དག་ཏུ་བསྐྱབ་ཅིང་བསགས་པ་  
འཕྲོག་གོ། ཞེས་པར་མཆོའི་བསྐྱེད་པས་གྲགས་པ་རྩུར་འཕྲོག་པ་བསྐྱོལ་  
བར་གྱུར་བས་ཡོངས་སུ་བརྟེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡར་རིན་གཞལ་བས་དངོས་  
པོ་རྩུར་ཁྱལ་པ་ལྟ་བུའོ། དྲག་རླའི་རྒྱལ་པོ་གཞན་རྣམས་གཡུལ་བཀྱིས་ནས་  
དཔའ་བ་ཚོགས་ཀྱི་གྲགས་པ་ཅི་ཡོད་པ་དེ་དག་དེས་ཡུད་ཅམ་གྱིས་ཕྲོག་ནས་  
དེ་ལ་ཐོབ་པ་ལྟར་གྱུར་བའོ། །

སོ་གསུམ་པ་ཤིས་བརྟེན་ཀྱི་རྒྱན་ལ། རོ་བོ། དཔེ་བརྟེན། ཞར་གྱུར་གསུམ།  
དང་བོ། གང་མཛོན་པར་འདོད་པའམ་དོན་དུ་གཉེར་བྱར་གྱུར་པའི་དངོས་  
པོ་ལ་སྟོན་པ་ཡི་ཆོག་བརྟེན་པ་ནི་ཤིས་བརྟེན་ཀྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་སྟེ། གཉེས་པ་  
དཔེར་བརྟེན་ན། དག་གིས་བརྟེན་པ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་བསམ་པའི་སྟོད་ཡུལ་  
མ་ཡིན་པའི་དག་ལེགས་ཀྱི་སྤྲང་བ་དམ་པས་ཁྱོད་ལ་སྤངས་ཤིག་ཅེས་པ་དག་  
ལེགས་ཀྱི་དོན་ཅམ་ཞིག་བརྟེན་བསམ་ལས་འདས་པ་མེན་ཡང་། དག་ལེགས་  
དེའི་ཆད་དང་མཐའ་འདི་ཅམ་ཞེས་བསམ་བརྟེན་ཀྱིས་གཞལ་མི་རྩུས་པའི་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའམ་ཆད་མེད་དཔག་པར་དཀའ་བའི་སྤང་བ་དམ་པས་  
ཁྱོད་ལ་སྤང་བའམ་སྤྲོད་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བའོ། །འདི་ལ་ཕྱི་རོལ་བ་ལྟར་  
ན་རྟག་པ་དམ་པའི་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ཡལ་སྐད་རྩོད་ཀྱི་སྤྲུལ། ཞེས་པའི་སྤང་



བ་དམ་བ་དེས་ཁྱོད་ལ་སྤྲུངས་ཞེས་དང་། རང་བ་ལྟར་ན། ཚེས་ཀྱི་དབྱིངས་  
དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲུང་བ་དམ་པས་ཁྱོད་ལ་སྤྲུངས་ཞེས་སྤྲུང་  
འཆད་དོ། །གསུམ་པ་ཞེས་བྱུང་དུ་སྐྱབས་འདིར་སྒྲུབ་དག་མཁན་སྣ་མ་དག་  
གིས་དོན་རྒྱུན་སོ་ལྷ་ལས་མང་པའི་རྣམ་གྲངས་པགོད་པ་དེ་དག་འདིར་མ་འདུས་  
སམ་སྒྲུམ་པའི་དོགས་པ་བཅད་པ་ནི་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་རྒྱུན་དང་། ཐེ་ཚོམ་  
ཅན་གྱི་རྒྱུན་ཞེས་པ་འདི་དག་ནི་རྒྱུན་རང་རྒྱ་ཐུབ་པར་ལོགས་སུ་འཛོག་དགོས་  
པ་ཅི་ཡང་མེད་པས་དཔེ་ཡི་རྒྱུན་ཉིད་ལ་བསྟན་ཏེ། ལྷ་བ་བསྐྱེད་དག་གི་ནི། །  
མཛེས་པ་ལས་འདས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་། །བདག་རང་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་པ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱི་དཔེ་བརྗོད་ཡིན་ལ། བད་ནང་  
བྱུང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། །ཞེས་སོགས་བརྗོད་པ་དེ་ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་རྒྱུན་གྱི་དཔེ་  
བརྗོད་དོ། །

དཔེ་ཡི་གཟུགས་ཅན་དག་ཀྱང་མེ་ལོང་མའི་གཞུང་འདིར། གཟུགས་ཅན་གྱི་  
རྒྱུན་རྣམས་ལ་ངེས་པར་བསྒྲགས་ཏེ། མྱོས་པས་ཀྱུན་ཏུ་དམར་བ་ཡིས། །བཀའ་  
པ་བཞིན་གྱི་ལྷ་བ་འདི། །ཞེས་སོགས་སུ་བརྗོད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །རབ་རྟོག་ཆ་  
གས་ཀྱི་རྒྱུན་ཞེས་གསུམ་པ་འདི་ཡང་ནི་རབ་རྟོག་དག་གི་དབྱེ་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི།  
ལོགས་སུ་མེད་པས་རབ་རྟོག་བཞིན་སྒྲུ་ཅན་དུ་བསྐྱས་སོ། །དེ་ལ་རབ་རྟོག་  
ཆ་གས་ཀྱི་རྒྱུན་ཞེས་པ་སྤྲུང་བའི་གཟུགས་ཅན་དང་འདྲ་ཞིང་། སྤྲུང་ཡང་  
རབ་རྟོག་དང་འདྲེས་པ་བཞིན་སྒྲུ་ཅན་ཞིག་ལ་འདོད་པ་དེའོ། །

སོ་བཞི་པ་རབ་སྐྱེལ་གྱི་རྒྱན་ལ། རོ་པོ་དང་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་  
པོ། མོང་བསྟན་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པའི་རྒྱན་རྣམས་ངག་སྦྱོར་གང་དུ་བསྐྱེས་  
པ་སྟེ་ཅི་རིགས་སུ་འབྲེས་པར་བྱས་པ་དེ་ནི་རབ་སྐྱེལ་ལམ་སྐྱེལ་མའི་རྒྱན་དག་  
ཏུ་བརྗོད་པ་སྟེ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དང་། དཔེར་བརྗོད་པ་གཉིས།  
དང་པོ་རྒྱན་སྐྱེལ་ཚུལ་དེ་ལ་ཡང་། ངག་སྦྱོར་དེར་བརྟེན་པའི་དོན་རྣམས་ཕན་  
ཚུན་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་འབྲེལ་བར་གྱུར་པ་ཉིད་གྱི་  
གནས་སྐབས་ཅན་དེ་དག་རྣམས་བཟོས་པ་ཅན་དང་། དེ་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཅན་  
མ་ཡིན་པས་ཚིག་རྒྱུ་སྤྲོད་སྤྲོད་པ་ལ་ཕན་ཚུན་མི་བཟོས་པས་ཐམས་  
ཅད་སྟོབས་མཚུངས་སུ་བྱས་པ་ཉིད་ཅེས་པའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་སྦྱོར་  
བཟང་སྐྱེལ་མ་ཡི་རྒྱན་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་བྱབ་ཅིང་མཚོན་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་དེའི་དཔེ་བརྗོད་ལ། ཕན་ཚུན་བཟོས་པའི་རབ་སྐྱེལ་དང་།  
སྟོབས་མཚུངས་རབ་སྐྱེལ་གཉིས་ལས། དང་པོའི་དཔེ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་པས་  
གཉིས་པ་ལུགས་ལས་ཤེས་ཤིང་བྱ་སྤྲོད་པས་ན་སྟོབས་མཚུངས་རབ་སྐྱེལ་གྱི་  
དཔེ་བརྗོད་འདིར་མ་བཀོད་དོ། །དང་པོའི་དཔེ་བརྗོད་ནི། གྱུ། མངོས་མ་  
ཁྱོད་གྱི་བཞེན་གྱི་དཔལ། བདུ་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ལུགས་གྱེས་  
མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པས་དཔེ་རྒྱན་དུ་ཡང་འགོ་འོ། །དེའི་རྒྱུ་བྱེད་  
དུ་མངོད་དེ་སྟོང་པོའི་གོ་སར་དང་ལུ་བ་ལུན་སྤུལ་ཚོགས་པ་ཡི་བདུ་འདི་ལ་  
གདོང་གི་མངོས་པ་འགོག་མི་རུས་པའི་བྱ་དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། དཀའ་

བམེད་པར་འགོག་ཁུམ་སོ་ཞེས་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་སྒྱུར་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་  
 པའི་རྒྱན་དུ་སྒྱུར་པའོ། །དེར་ཡང་བསྐྱ་དང་གདོང་མཛེས་པར་འདྲ་ཡང་དེའི་  
 སྟེང་དུ་མཛོད་དང་ཡུ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བསྐྱ་ལ་ལྟ་ག་པའི་ཕྱིར་འགོག་ཁུམ་  
 ཞེས་སོ། །འདིར་གོ་ཁ་ཞེས་མཛོད་དང་བསྐྱའི་སྒྱབ་སྒྲི་སྟེང་པོ་ལ་འང་འཇུག་  
 དཀྲ་ཞེས་པ་དབྱུག་པ་དང་ཆད་པ་སོགས་དོན་དུ་མར་འཇུག་པ་ལས། སྒྲུབ་ས་  
 འདིར་ཡུ་བ་དང་དམག་གི་དབྱང་བཀོད་པའི་བྱེ་བྲག་ཐད་ཀར་བརྒྱུད་པ་དབྱུག་  
 པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ལ་སྒྱུར་བ་ཡིན་པས་སྒྱུར་བའི་རྒྱན་ཡང་འབྲེས་ཏེ་དེ་ལྟར་རྒྱན་  
 གསུམ་བཞེས་པའོ། །འདིའི་རྒྱུད་པ་དང་པོ་གཉིས་ཁྱད་པར་ཅན་དང་། བྱི་  
 མ་ཁྱད་པར་གྱི་ཚེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་དག་རྒྱན་པན་ཚུན་བལྟོས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལ་བང་མཛོད་དང་དབྱང་གི་བཀོད་པ་དབྱུག་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ལ་སྒྲུ་  
 སྒྱུར་དུ་ཡོད་མོད། དེ་བསྐྱ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པས་དོན་མེད་ཀྱི་དག་ཏུ་མི་  
 འགྱུར་རམ་ཞེན། འདི་ལ་སྒྲུ་མ་དག་པ་དབྱུད་པ་ཞུགས་ནས་ངེས་པར་བཛོད་  
 པ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ཡང་བདག་གིས་འདི་ལྟར་སེམས་ཏེ། རོར་གྱི་བང་མཛོད་  
 དང་ལྡན་པ་དང་། དབྱང་གི་བཀོད་པ་དབྱུག་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀ་ཡང་པ་རྩལ་  
 ལས་རྒྱལ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྒྱུར་བ་ཡིན་ལ། བསྐྱ་འདི་ལ་ཡང་རོར་གྱི་བང་  
 མཛོད་དང་མཚུངས་པའི་ཟེའུ་འབྲུའི་མཛོད་དང་། དབྱུག་པ་ལྟ་བུའི་དབྱང་  
 གི་བཀོད་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཡུ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཡོད་པས་གདོང་ལས་  
 རྒྱལ་བའོ། །དེའི་དཔལ་འགོག་པ་ལ་དཀའ་བ་ཅི་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་

པར་འདུག་གོ་སྒྲུལ་མོ། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་དེ་གཉིས་དེ་ལ་ཡོད་  
 པར་འདྲ་བ་སྒྲོ་བ་ཏགས་ནས་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་ལ་ནོར་གྱི་མཛོད་དང་། དཔུང་  
 གི་བཀོད་པ་དཔུག་པའི་སྒྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལྟར་ཀྱང་དོན་མ་གྲུབ་པས་སྒྲུབ་བྱེད་ཏུ་  
 མི་འོས་ཞེས་དགག་པར་མི་རིགས་ཏེ། བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་ཉམས་མཛར་བ་  
 བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་ཏུ་མ་སྒྲུབ་དག་གི་ལུགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་  
 མེད་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཆོག་མཚན་བཅད་འདིའི་འབྲུད་ནི་འཆད་ཚུལ་ལ། བསྐྱེད་  
 གཞིར་དང་ཡན་ཚུན་འདྲ་བར་བསྒྲུབ་པ་འདི་ལ་བྱ་དགའ་ཅི་ཡོད་ཅེས་འཆད་  
 པའང་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་རབ་སྒྲེལ་དང་པོའི་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་རྗེས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
 བབ་པའི་འཕྲོས་དོན་ཁར་ལས་བྱུང་བ་ནི། སྒྱིར་བརྗོད་ཚུལ་འདི་ལ་དངོས་  
 པོ་རྒྱུས་ཀྱི་རང་གི་རང་བཞིན་དྲང་པོར་བརྗོད་པ་དང་། གཞན་དཔེ་སྟོན་སྒྲུབ་  
 དང་སྒྱུར་ཏེ་བརྗོད་པ་ནི་འཕྲོག་བརྗོད་ཅེས་བྱ་བའི་དག་གི་རང་བཞིན་ཐ་དད་  
 པ་གཉིས་ཡོད་དེ། བརྗོད་ཚུལ་དེ་གཉིས་ལས་འདའ་བ་མི་སྲིད་དོ། །དེའི་ནང་  
 གི་འཕྲོག་པོར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་པལ་ཆེར་སྒྱུར་བའི་སྒྲོ་ནས་དག་གི་དཔལ་  
 རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་གཞན་དང་འདྲ་བའམ་གཟུགས་སྒྲུབ་ཀོད་  
 པ་དང་། དེར་སྒྲོ་བ་ཏགས་པ་དང་། དེ་ལས་ཕྱོག་པ་དང་བསྐྱེད་སྟོན་སྒྲུབ་  
 པལ་མོ་ཆེ་དག་ལ་ཆོག་གམ་དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་གཞན་དང་གཞན་སྒྱུར་བ་  
 དངོས་མམ་ཤུགས་ལས་ཐོབ་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

དེའི་སྒྱིར་འཕྲོག་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་མང་ཏུ་འབྱུང་བ་

ནི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུའི་དབང་གིས་ཡིན་པས་ན། རབ་སྤེལ་བལྟོས་པ་ཅན་གྱི་  
 སྐབས་འདིར་ཡང་སྐྱར་བ་དང་བཅས་ཏེ་བརྗོད་མོད་ཀྱི། རབ་སྤེལ་ཡིན་ན་  
 སྐྱར་རྒྱུ་འགོ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། རྒྱུ་གང་ཅུང་གཉིས་པན་ཆད་  
 ཅི་རིགས་སུ་བསྐྱེས་པས་ཚོགས་པོ། དཔེར་ན་སྒྲོ་བ་དཔོན་དཔལ་པོས་སྐྱེས་རབས་  
 སོ་བཞི་པའི་ཚོང་དཔོན་གྱི་རབས་ལས། ཚོང་དཔོན་དེས་རང་སངས་རྒྱས་  
 ལ་བསོད་སྟོམས་འབུལ་བའི་སྒྱུན་པ་ལ་བར་ཆད་བརྩམ་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་  
 བར་དུ་བདུད་སྤྲིག་ཅན་གྱིས་མེ་འོབས་ཆེན་པོ་འབར་བའི་དཔུལ་བ་སྤུལ་བ་  
 ལ་ཚོང་དཔོན་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔལ་དེས་མེ་འོབས་དེ་བརྒྱལ་བའི་ཆེ་རྒྱར་  
 པའི་རྗེས་ལ་བསྐྱོ་འཁྱུངས་པ་ལ་བརྗོད་པ། དེ་ནས་དེ་ཡི་བསོད་ནམས་མཐུ་  
 ཡིས་དེར། །འདམ་རྩལ་མེད་པར་འདམ་ལས་སྐྱེས་པ་བྱུང་། །ཟེ་འུད་ཀར་  
 པོའི་སོ་ཡི་སྒྲེང་བ་དག །བདུད་ལ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་དགོད་པར་གྱུར། །ཅིས་  
 གསུངས་པ་འདི་ལ་ཡང་། ཚོགས་རྒྱུ་དང་པོ་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་ནི་ཡོན་ཏན་  
 དུ་བྱས་ན། ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་དུ་ཡང་འགྱུར་ལ། ཚོགས་  
 རྒྱུ་གཉིས་པ་སྤྲིད་པ་ཅན། གསུམ་པ་གཞུགས་ཅན། བཞི་པ་རབ་རྟོག་གི་  
 རྒྱུ་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་འདྲེས་པའི་རབ་སྤེལ་གྱི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་ལ། ཚོགས་འདི་  
 ལ་ངོ་མཚར་བ་མྱ་བྱང་གི་ཉམས་གནས་པས་ཡིད་འཇོག་པ་ཡིན་པ་བཞིན་  
 འོ། །དེས་མཚོན་ནས་སྒྲུབ་དག་གི་ཚོགས་བཅད་པལ་མོ་ཆེ་རབ་སྤེལ་གྱི་  
 རྒྱུ་བྱས་པ་མང་སྟེ། རྒྱུ་སོ་སོའི་དཔེ་བརྗོད་ཚུལ་པའི་ཆེ་རང་རྒྱ་བར་བྱ་

དགོས་ཀྱང་། བཟོད་བྱའི་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྟན་དག་སྦྱར་བའི་ཆེ་  
རྒྱན་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་བྱ་མི་དགོས་པས་ངེ་བདེར་སྦྱར་བ་ལ་ཡལ་ཆེར་རབ་སྐྱེལ་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་བཤད་ཀྱང་དོན་གྱིས་ཤེས་སྒྲིབ་སྟོབས་མཆུངས་  
རབ་སྐྱེལ་གྱི་དཔེ་བཟོད་ནི། རྩ་མ་དག་གིས་ལོ་རྩ་བས་རྣམ་སྒྲས་ལ་བཟོད་  
བའི་ཆོག་ས་བཅད་དཔེར་བྱས་པ། རྒྱལ་ཆེན་རྣམ་མང་ཐོས་སྒྲས་ནོར་མང་  
ལྷན། །གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་བྱུང་བཟོད་ཆགས་ཤིང་། །སྤྱིན་བྲལ་ཉི་འོད་སྟོང་  
གི་གཟི་འབར་བ། །འདོད་དགའི་ཆར་འབེབས་མཛད་ལ་བྱུག་འཆལ་བཟོད། །  
ཅས་པའི་ཆོག་རྒྱུད་དང་པོ་རང་བཞིན་བཟོད་པ། གཉིས་པ་དཔེ་རྒྱན། གསུམ་  
པ་གཟུགས་ཅན། བཞི་པ་འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་དུའང་འབྱུར་བ་འདི་ལྟ་  
བུའི་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

སོ་ལྷ་པ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་པ་དཔེ་བཟོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རྩ་མ་རྣམས་ལས་  
རྣམ་གྲངས་ཐ་དད་པར་བགྲང་བར་བྱ་བ་མིན་ཡང་། རྩབ་བྱ་དོན་རྒྱན་སོ་བཞི་  
པོ་དེ་དག་ལ་རྩབ་བྱེད་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་རྩབ་པར་གནས་  
བའི་ཕྱིར་ཀུན་གྱི་ཐ་མར་འདི་ཉིད་བཤད་དེ་རྒྱན་སོ་ལྷ་པར་བགྲང་བ་ཡིན་ནོ། །  
འདི་ལ་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བཟོད་པའི་ངེས་ཆོག་ནི། སྟན་དག་འབྱུང་བའི་  
རྒྱ་སྟན་དག་མཁན་པོ་དེས་བཟོད་བྱ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེ་བཟོད་ཚུལ་རྒྱན་  
ཅི་དང་ཅིའི་ཉམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་འདོད་པ་གང་ཞིག་དག་གི་རྒྱན་དེ་ལྟ་བུ་

སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་བསམ་པ་དེ་ལ་དགོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དགོངས་པ་དེའི་  
དབང་གིས་བཅད་ལྷག་སྟེལ་མ་གང་རུང་གི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དག་དེ་ཉིད་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཉམས་གྱི་ཁྱད་པར་དང་ལྡན་པའི་སྒྲུབ་དག་ཉིད་དུ་གྲུབ་  
པ་དེ་ལ་སྒྲུབ་དག་གི་ཡོན་ཏན་གང་གནས་པ་དེ་ནི་ཡུལ་ཅན་རྩོམ་པ་པོའི་སྒྲོས་  
རབ་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་གྱི་བདག་ཉིད་དག་གི་རྒྱུན་དེའི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་  
དུ་གྱུར་པ། དེ་ནི་སྒྲུབ་དག་མཁན་པོའི་སྒྲོས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་  
དོན་གྱིས་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལྟར་རྫོང་བྱེད་དག་གི་རྒྱུན་ལ་ཡོད་པ་དགོངས་ཅན་གྱི་རྒྱུན་ཞེས་  
པའི་མིང་གིས་བསྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་རི་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། སྒྲུབ་དོན་  
རྒྱུན་རྒྱུས་གྱི་དབྱེ་བ་བཞིན་དུ་མཐའ་ཡས་པར་འགྱུར་མོད་ཀྱང་། འདིར་  
དོན་བསྟུན་ཡོན་ཏན་རྒྱུས་པ་བཞིར་འདུ་སྟེ། དང་པོ། རྫོང་བྱེད་དག་གི་རྒྱུན་  
གྱི་དངོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་གོང་འོག་རྒྱུས་ཀྱི་ནས་ཀྱི་ཏུ་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་  
གཅིག་འབྲེལ་ཞིང་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདིས་ཆོག་རྒྱུས་དག་  
དོན་གཅིག་གི་གནད་ལ་མི་འདུ་བར་གྱུར་ན་རྫོང་བྱེད་གྱི་སྒྲུབ་ཡིན་པས་དེ་  
སྒྲུབ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དོན་དང་བྲལ་བའི་ཁྱད་པར་  
ཞེས་པ་སྐབས་གྱིས་བརྗོད་བྱར་མི་འོས་པ་རྒྱུས་པས་བརྗོད་པ་ལ་དོན་  
ཡོད་པའོ། །གསུམ་པ་གང་དང་གང་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་

ནམ་ངང་ཚུལ་གྱི་གནས་སུ་འོས་གིང་རིགས་པར་བསྒྲགས་པ་ནི་བརྗོད་ཚུལ་  
ཡིད་དང་འཐད་པ་འོ། །བཞི་པ་ངག་སྦྱར་དེ་འདྲ་བརྗོད་པའི་རིམ་པ་ཉིད་གྱི་  
སྟབས་ལས་བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་གང་དེ་ཡི་རང་བཞིན་ནམ་ངང་ཚུལ་འདི་ནི་  
ཟབ་མོ་སྟེ་རྟོགས་པར་དགའ་བ་དག་གྲང་གསལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ངག་གང་  
གིས་བརྗོད་དོན་གཏིང་ཕྱིན་པར་མཚོན་མ་རྣམས་པ་མིན་པར་བརྗོད་བྱའི་དོན་  
གཏིང་ཕྱིན་པར་མཚོན་པས་ཡིད་ཚིམ་པར་བྱེད་པ་འོ། །དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་བཞི་  
པོ་དེ་ཀུན་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་སྟུན་ངག་མཁན་པོའི་སྒོའམ་དགོངས་པའི་དབང་  
དུ་གྱུར་ཅིང་དེ་ལ་ངག་ལས་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་རིག་པར་  
བྱ་སྟེ། ངག་སྦྱར་བ་པོའི་དགོངས་པ་རབ་འབྱིང་ཐ་མའི་ཚད་དུ་གྱུར་པས་སྟུན་  
ངག་གི་ཉམས་རབ་འབྱིང་ཐ་མར་འབྱུར་བ་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་དགོངས་པ་  
ཅན་འདི་ནི་རྒྱན་ཀུན་གྱི་བྱབ་བྱེད་སྟུན་པའི་ཉམས་གྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པས་  
རྒྱན་ཀུན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ལོ། །

གསུམ་པ་ལེའུ་གཉིས་པའི་མཇུག་བསྟུ་བ་ལ། རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་ལ་ཞལ་  
འཕང་བ་དང་། སྐབས་དོན་བསྟུ་བ་དངོས་གཉིས་ལས། དང་པོ་གང་ཡང་  
མཚམས་སྦྱར་གྱི་ཡན་ལག་དང་། འཇུག་པའི་ཡན་ལག་དང་། མཚན་ཉིད་  
གྱི་དབྱེ་བ་སོགས་ལུང་གཞན་རྩ་ར་ཏ་སོགས་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་དག་  
ཏུ་སྟུན་ངག་གི་རྒྱན་གྱི་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་པ་འདི་ཡང་ངག་མཛེས་  
པར་བྱེད་ཅིང་ཀུན་དགའི་རོ་དང་ལྡན་པས་ན་ངག་གི་རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་བདག་



ཅག་གིས་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་སྒྱིར་མཚམས་སྒྱིར་གྱི་ཡན་ལག་ནི་སྒྲོས་གར་  
 བྱེད་པའི་ཆེ་བརྒྱུད་དོན་སྣ་ཚོགས་པ་སྐད་རིགས་སྣ་ཚོགས་གྱིས་ལབ་དགོས་  
 པས། དེའི་བར་དུ་མཚམས་སྒྱིར་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྒྲོའི་མཚམས་སྒྱིར་ནི་  
 དྲི་བ་དང་། ཡན་གྱི་སྒྲོའི་མཚམས་སྒྱིར་ནི་དྲིས་ཡན་ཏེ། བན་ཚུན་དྲི་བ་དང་  
 ཡན་གྱི་རྣམ་པ་བྱེད་སྐད་ལ་ཞིག་ཡོད་པའི་མིང་། སྒྲིང་པོ་ནི་སྐབས་འགར་  
 གོས་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཚིག་མང་པོ་ལན་ཚུན་སྒྲུས་མཐར་གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་གཏུན་ལ་ཕབ་པ་ལ་སྒྲིང་པོ་ཟེར། མི་བཟོད་པ་མཚངས་ནས་འབྱ་  
 བ་བརྒྱུད་པས་དེས་རང་གི་མཚངས་ལ་ཐོག་པའི་རྣམ་པས་མི་བཟོད་པ་ལས་  
 ཆགས་པས་གཟེར་ནས་མི་བཟོད་པའི་ཚུལ་བྱེད་པའོ། །དེས་པ་ཐོབ་བྱེད་ནི་  
 ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་པའི་བརྒྱུད་པ་མང་པོའི་མཐར་དེས་པ་རྟེན་པ་ལྟར་བྱེད་  
 པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲོ་དང་ཡན་གྱི་སྒྲོ་དང་། སྒྲིང་པོ་དང་མི་བཟོད་པ་དང་དེས་ཐོབ་  
 སྟེ། དེ་རྣམས་ལ་མཚམས་སྒྱིར་གྱི་ཡན་ལག་ལྟ་ཞེས་གྲགས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་  
 ཉེ་བར་འཕེན་པ། ཉེ་བར་མཁོ་པ། ཡོངས་སུ་འཛོག་པ། རྣམ་པར་གྲེད་པ།  
 རིགས་པ། ཐོབ་པ། མཉམ་པར་འཛོག་པ། རྒྱབ་པ། བརྟེས་པ། དབྱེ་པ།  
 དབྱེ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་སྒྲོའི་ཡན་ལག་གོ། །ཡོངས་སུ་འགྲོ་པ། རྣམ་པར་  
 དར་པ། གཏུང་པ། ཕྱེད་མོ། ཕྱེད་མོའི་མདངས། རབ་རྩ་འགྲོ་པ། འགལ་  
 བ། ཉེ་བར་གནས་པ་སོགས་ཡན་གྱི་སྒྲོའི་ཡན་ལག་གོ། །མ་བྱུང་བ་དབེར་  
 བརྒྱུད་པ། ལམ་གྱི་རང་བཞིན་དབེར་བརྒྱུད་པའི་རིམ་པ་བསྐྱུ་པ། རྗེས་སུ་

དབག་པ་སྒོང་བ་སྒྲིང་བའི་ཡན་ལག་གོ། ཁྲིལ་བ། འཛོར་བ། འཛག་བ། ལེན་  
བ། འདྲིང་བ་སོགས་མི་བཟོད་པའི་ཡན་ལག་གོ། ཁཛམས་སྒྱུར། འགོག་བ།  
སྒྲེལ་བ། གཏན་ལ་དབབ་པ་སོགས་ངེས་ཐོབ་ཀྱི་ཡན་ལག་གོ། འཇུག་པའི་  
ཡན་ལག་ལ། ལྷ་རྩྱུ་། སྤྲ་རྩྱུ་། ཀླུ་ཤི་ཀླུ་། ཞུ་ར་ལྷ་རྩྱུ་། བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ་  
ཡང་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ། དང་པོ་ལྷ་ར་རྩྱུའི་ཡན་ལག་ལ། རབ་རྩ་སྒྲིང་བ་དང་།  
ཀུན་རྩ་སྒྲིལ་སོགས་བཞི། གཉིས་པའི་ཤིན་རྩ་འཛོག་པ་སོགས་བཞི། གསུམ་  
པའི་ཕྱི་ཕྱོད་མོ་གསལ་བ་སོགས་བཞི། བཞི་པའི་བསྐྱུས་པ་སོགས་བཞི་སྟེ་བཅུ་  
དྲུག་གོ། ཁཛམས་ཉིད་སྐྱུ་ཕྱ་ཕྱ་དྲུག་འི། རྒྱན། ཡི་གེ་བསྐྱུས་བ། མཛེས་བ།  
དཔེར་བཟོད་སོགས་སོ། །གཞུང་གི་སོགས་སྐྱུས་བསྐྱུས་བ། སྒྲེག་པའི་ཡན་  
ལག་ ཐེང་པའི་ཡན་ལག་ ཁཛམས་སྒྱུར་གྱི་ཡན་ལག་ གཞན་པའི་ཡན་ལག་  
སོགས་ཉེ་དེ་རྣམས་གར་གྱི་རྣམ་འགྱུར་ཤིན་རྩ་ཁྲོ་པའི་ཉམས་དང་། ཆགས་  
པས་གཟིར་པའི་ཉམས་དང་། ཟུང་ན་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱུས་པའི་ཉམས་སོགས་  
དེ་སྟེད་ཅིག་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྐྱུར་བཅོས་ལས་བཤད་པ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་  
ཀྱི་ངོ་བོ་འདིར་མ་བཟོད་དོ། །

གཉིས་པ་སྐབས་དོན་བསྐྱུར་བ་དངོས་ནི། སྟོན་པལ་གི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྲ་མོའི་  
རྣམ་གྲངས་སྟེན་རབ་རྩ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མཐའ་ཡས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ལ་བྱབ་བྱེད་  
གྱི་རིགས་རབ་རྩ་བསྐྱུས་ནས་དོན་རྒྱན་སོ་ལྷ་ཞེས་པའི་གྲངས་གྱི་ཆོད་རྩ་གྱུར་  
པ་ཡི་རྒྱན་རྣམས་དག་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ནི་ཤིན་རྩ་གསལ་པོར་རྣམ་པར་སྟེབས་

བྱས་སོ། །གང་ཞིག་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་ཡོངས་སུ་འདས་པར་  
གནས་པ་ཡི་ཁྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་ཐུ་མོ་རྣམས་ནི། གཞུང་འདི་ལ་གོམས་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་དབྱེ་བར་ལྷན་ཏེ་འདིར་བསྟན་པ་རྣམས་སྟན་པ་གཤིག་གི་རྒྱུ་རྫུ་ཚོགས་ཀྱི་དབྱེ་  
བ་མི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་སྟོང་བའི་རྣམ་རྟོག་གི་ས་པོན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཞེས་སྟོང་བ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་སྟན་པ་གཤིག་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་ལོ། །  
རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་ལེའུར་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་པའི་འབྲེལ་བ་ལོ། །

ད་ནི་བར་དུ་དགོ་པའི་དོན་གསུམ་པ་ལེའུ་ཐ་མའི་དོན་བཤད་པ་ལ། ཟུང་  
ལྷན་དང་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱ་དཀའི་དཔེ་བརྗོད། གཤམ་ཚིག་གི་ཚུལ། ལྷན་  
པ་གཤིག་སྟོན་པ་ཅུ་སྟངས་པ། མཇུག་སྟུང་གི་ཚིགས་བཅད་བཅས་པ་ཞེས་བསྟན་  
པ་ལས། དང་པོ་ལ་ཟུང་ལྷན་དངོས་དང་། དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་དེ་དང་ཆ་འདྲ།  
བྱ་དཀའ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཟུང་ལྷན་ལ་མིང་གི་སྟོང་  
ནས་མདོར་བསྟན། དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་སྟོང་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་  
པོ་གང་བརྗོད་པ་སྟེ་ཕྱི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་མཚོན་པ་དང་བར་  
ཚོན་པ་དག་གི་ཡི་གེ་ཚོགས་པ་སྟེ། ཡི་གེ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་ཚོགས་  
པ་སྟུང་ཡང་བསྟན་ཏེ་བསྟོར་བ་ནི་ཟུང་ལྷན་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བསྟོར་  
རྒྱུའི་སྟེ་དེ་ཚོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་དང་དག་གི་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་དང་། བར་དང་  
མཐའ་ན་ཡོད་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཅིག་ཁོན་ལ་ཡོད་པ་  
དང་། གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱུ་དང་ལྷན་རྣམས་

ཀྱིན་མ་རྟོག་ནི་རྒྱ་མར་འཁྱུར་ཏེ། ཐོག་མ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། བར་མ་ན་  
ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། མཐའ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། བར་དང་མཐའ་ན་ཡོད་  
པ་དང་། བར་དང་ཐོག་མ་ན་ཡོད་པ། ཐོག་མཐའ་གཉིས་ན་ཡོད་པ། ཐོག་  
མཐའ་བར་གསུམ་ཀུན་ལ་ཡོད་པ་བརྟན་ནི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཅིག་སུ་ལ་ཡོད་  
པ་བཞིན། རྒྱུ་པ་བཞི་ཀར་སྒྱུར་བས་དབྱེ་བ་ཉེར་བརྒྱད་རྒྱ་མར་ལ། གཞན་  
དང་འདྲེས་པའི་ཀུན་རྒྱུ་དབྱེ་བ་ལས་སྒྲིས་པ་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ནི་ཤིན་རྒྱུ་མང་པོ་  
ཡོད་དོ། །དེ་ལ་རིགས་བསྟན་ན་བྱ་སྒྲ་བ་དང་དཀའ་བ་སྟེ་གཉིས་སུ་ཡང་ཡོད་  
པ་དེ་ཡི་དཔེ་བརྗོད་འགའ་ཞིག་དག་ནི་འདིར་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་འགའ་ཞིག་  
ལས་ཐམས་ཅད་མ་བསྟན་ཀྱང་འདིས་མཆོན་ནས་ཤེས་སྒྲུའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ལ། རྒྱུ་པ་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། གཞན་ན་  
ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན། མཐའ་ཐོག་སྒྱུར་བའི་བྱང་ལྡན། ཀུན་རྒྱུ་བྱང་ལྡན། བསྐྱེས་  
པའི་བྱང་ལྡན། བརྒྱུག་པའི་བྱང་ལྡན་དྲུག་ལས། དང་པོ་ལ་བར་མ་ཆོད་པའི་  
བྱང་ལྡན། བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་ལ་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཐོག་མ་ན་ཡོད་པ་བར་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་  
དང་། དེ་བཞིན་གཉིས་པ། གསུམ་པ། བཞི་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་བཞི་ལས།  
དང་པོ་རྒྱ་དཔེའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ན། ཞེས་ཡོད་པའི་  
ཆོག་ས་བཅད་དོ། །དེ་ལ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་སྟེ་གཉིས་པོ་སྒྲ་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བ་  
ནི་འདི་ལྟར་མ་དགག་ཆོག ཡ་ན་འདི། དེ་དང་འགྲོགས་པ་ཞེས་སྟེ་ལ་ཆོན་མ་

དབྱེ་གསུམ་པ་ཐོབ་པས་རྒྱ་ལི་ན་རུ་བསྐྱར་བ་སྐྱར་བས་སྒྲུབ་ནི་ན། ཞེས་དང་།  
 མྱི་མ་ལ་སྒྲུབ་ཁེངས་པའི་རྒྱན་དོད་དེ་ལ་རྒྱ་བྱིན་པས་མ་ན་ནི་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་  
 ལྟར་འཆད་འགྱུར་གྱི་ཟུང་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲུབ་གཞུགས་འདྲ་ཡང་དོན་མི་  
 འདྲ་བ་འགྱུར་བ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ལེགས་སྐྱར་གྱི་རྒྱན་སྒྲུབ་གཞུགས་གཅིག་  
 གྲུང་དོན་རྒྱ་མ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཡངས་པས་ཟུང་ལྡན་བྱ་སྒྲུབ་ནམས་ལྟ་ཅི་  
 སྒྲོས་གྱི། བྱ་དཀའ་བའི་རིགས་ནམས་གྲུང་བདེ་བྲག་ཏུ་སྐྱར་བྱས་སོ། །བོད་  
 རྒྱན་སྒྲོ་དོགས་པས་བྱ་དཀའི་རིགས་ནམས་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། བྱ་སྒྲུབ་པའི་ཟུང་ལྡན་  
 གྱི་བྱེ་བྲག་ནམས་གྲུང་རི་བཞིན་སྐྱར་དཀའ་སྟེ། བོད་རྒྱན་ཟུང་ལྡན་གྱི་དཔེ་  
 བརྗོད་ནི། བལ་ཆེར་ཡི་གེ་བསྒྲོར་བ་ལས་ཡི་གེ་ཚོགས་པའི་སྒྲུབ་སྒྲོར་བ་ལྟར་  
 ལ། ཡི་གེ་བསྒྲོར་བ་ནི་རྗེས་ཁྲིད་དང་ཆ་འདྲ་བ་ལས་ཟུང་ལྡན་དངོས་མིན་  
 ཡང་གནས་ངེས་པར་སྒྲུབ་གཅིག་ཡང་བསྐྱར་བྱས་པ་ནམས་གྲུང་ཟུང་ལྡན་དང་  
 ཆ་འདྲར་འགྱུར་རུང་དོ། །སྒྲུབས་འདིར་རྒྱན་གཉིས་ཤན་སྐྱར་བའི་བྱ་རྒྱན་  
 ཡོད་ན་བདེ་བྲག་ཏུ་ཟུང་ལྡན་སོགས་གྱི་དོན་རྟོགས་བྱས་མོད། བོད་རྒྱན་རྒྱ་  
 བསྐྱར་བ་ལ་ཟུང་ལྡན་གྱི་དཔེར་བརྗོད་མི་འོང་ཞིང་། ཟུང་ལྡན་སོགས་གྱི་  
 ཚོགས་བཅད་དེའི་དོན་ཅམ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དཔེ་བརྗོད་ཀྱིས་བསྟན་བྱའི་  
 གཙོ་བོ་ཟུང་ལྡན་གྱི་དཔེ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། བོད་རྒྱན་རྒྱ་བསྐྱར་བྱིན་འདི་དག་  
 གི་ཚོགས་འགྲེལ་བསྐྱར་ཅམ་མ་བྱས་ན་གཞུང་མཐར་ཆགས་སུ་འགྲེལ་བར་  
 མ་སྐྱར་པའི་སྒྲོན་འཕྱུང་བ་དེ་སྤང་བ་དང་། ཚོགས་བཅད་འདི་ནམས་དོན་གྱི་

ཀུན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཞིང་ལེགས་པས་ན། ཚིག་འགྲེལ་མཚོན་ཅམ་བྱས་ན།  
ཀུ་སྐད་ཚིགས་བཅད་དེའི་དོན་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་དོན་ནི། གྲེ་གྲོགས་མོ་  
མཛའ་བོའི་སྒྲེ་བོ་ལ་ཁེངས་པ་ཡི་སེམས་འདི་དང་བྱོད་འགྲོགས་པར་མ་བྱེད་  
ཅིག རྒྱར་དུས་བཟུང་བ་ཀྱང་མ་སོང་བར་བསྐྱུས་པས་དན་ནི་མཛའ་བོ་དེ་ཡི་མགིན་  
པ་ནས་འཁྱུད་ལ། རྒྱར་བསྐྱུས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ངོ་ཚ་དང་ལྡན་པར་བྱིས་ཤིག  
ཅས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་པ་རྒྱང་བ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། དང་  
བ་རྒྱམས་ཀྱི་དྲེགས་པ་འཛོམས་པ་ཡི་སྒྲིན་གྱི་སྒྲུ་འབྲུག་གི་དབྱངས་འདི་ཡིས་  
ཚུས་བྱེད་འདོད་ལྟ་དགའ་མ་དང་བཅས་པ། ལུད་མེད་ཀྱི་ཁེངས་པ་བྲལ་བའི་  
སྐད་དུ་ཡིད་ལ་རབ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅས་པའི་ཀུ་སྐད་ཀྱི་ཚིགས་བཅད་དེའི་  
རྒྱང་བ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་མ་དན་ལོ་མ་དན་ལོ་ཞེས་པ་བར་མ་ཚོད་དུ་ཡོད་པའི་  
ཟུང་ལྡན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྒྱང་བ་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་བར་མ་ཚོད་པའི་ཟུང་ལྡན་ནི།  
ཀུ་སྐད་དུ་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཅ་རྩ་རྩ་ཡོད་པའི་ཚིགས་བཅད་དེའི་  
དོན་ནི། རྒྱ་གཉེར་བཞི་ཡི་སྐར་ལས་ཅན་གྱི་འདི་ཡི། ལག་གིས་ལེན་པའི་  
དབྱ་བྲལ་འཛོན་ལ་མཁའ་པ། བྱོད་ཉིད་རྗེ་བོར་ཐོབ་ནས་ད་ལྟ་ནི། སྒྲེ་རྒྱ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་རྟོ། །བཞི་པ་རྒྱང་བ་བཞི་  
པའི་དང་པོར་ཉ་རི་ཉ་རི་ཉ་ཞེས་ཡོད་པའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན་ནི། རྒྱང་  
ཐང་གིང་རྟ་སྐྱང་པོ་དང་རྟ་དང་བྲལ་བ་ཡི་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ཀྱི་དགའ་ཞེག་

འགས་ཀྱི་ནང་དང་། གཞན་དག་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བསང་བས་ལྷ་རྣམ་དག་གི་གནས་  
སྤྲོད་པོ་། །

དང་པོ་དང་བར་མའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ། དང་པོར་མ་རྩུ་ར་མ་རྩུ་ར་ཞེས་དང་།  
གཉིས་པར་བ་ད་ནེ་བ་ད་ནེ། ཞེས་ཡོད་པའི་ཚིགས་བཅད་དེའི་དོན་ནི། རྩ་  
རྩེས་གདོང་ལྷན་མིག་དག་གི། རྣམ་འབྲུལ་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི། །དབྱིད་ཀྱི་  
འུང་བའི་རྣམ་འབྲུལ་གྱིས། ཁོ་འདྲི་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྟོན། ཞེས་འུང་མེད་  
ལ་རྩ་རྩེས་གདོང་ལྷན་ཞེས་པོས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གི་གནས་སྤྲོམ་གཡོ་བའི་  
རྣམ་འབྲུལ་ལ་འུང་བས་འབྲན་པ་ཅི་ཡིན་སྟོན་ཞེས་བརྗོད་པའོ། །དེ་བཞིན་  
དང་པོའི་ཐོག་མར་བྲ་ར་ཆོ་བྲ་ར་ཆོ། ཞེས་དང་། གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ན་ཡ་  
ཏོན་ཡ་ཏོན་ཞེས་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྷན་གྱི་ཚིགས་བཅད་ནི། འདོད་པ་ཁྱོད་ལ་གཡུལ་  
དུ་དཔའ་བ་ཡི་སྤང་བོའམ། མཚོགས་པས་གཟུང་དཀའ་བའི་རྟ་མེད་མོད་  
ཀྱི། གང་ཕྱིར་བདག་ཅག་ཆགས་པས་སྟོག་མཐར་བུས་བ་དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་  
རྣམ་གཞོན་འདི་མཚར་པོ། །རྐང་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་རྩ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་ཞེས་  
དང་། བཞེ་བའི་དང་པོར་བ་སྤྲུ་བ་སྤྲུ་ཞེས་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྷན་ཚིགས་  
བཅད་ཀྱི་དོན། གཡུལ་དུ་རྣམ་གཞོན་ནོ་བས་མཛེས་པ་ཡི་མི་བདག་ཁྱོད་འདྲས་  
འོར་འཛིན་ལས་ནི་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ་དེ་རྗེས་འོར་མང་པོའི་རྒྱན་གྱིས་ཚིམ་པ་  
དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏོ། །རྐང་པ་གཉིས་པའི་དང་པོར་ཀ་ལི་གོ་རྒྱ་ལི་གོ་ཏ།  
ཞེས་དང་། གསུམ་པའི་དང་པོར་མ་རྩུ་ནོ་མ་རྩུ་ནོ། ཞེས་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྷན་

གྱི་ཚིགས་བཅད་ནི། ས་ཏྲ་ཀྲ་རའི་མེ་ཏོག་གསར་བས། བདག་ཡིད་མཆོག་  
ཏུ་མེད་ལྷན་བྱེད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད། ལུ་བྱུག་ཚུས་པ་དག་གི་སྒྲ། ཡིད་ཏུ་  
འོང་བ་འདིས་ཀྱང་ངོ་། །རྐང་པ་གཉིས་པའི་དང་པོར་བི་ཏྲ་བི་ཏྲ། ཞེས་  
དང་། བཞི་པའི་དང་པོར་མཆོ་བྲ་མཆོ་བྲ། ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་ཚིགས་བཅད་  
ཀྱི་དོན། གཞོན་ལུ་ན་པ་བཟོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་མ་བཤལ་བའི་བྱང་  
མེད་ཀན་པ་འདི་ལ། བཟོད་ལ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་ཡི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངང་ལ་  
ཆེ་བྱེད་ནས་ལུས་ནི་འདིགས་པར་བྱེད་པས་བྱིས་པ་བཟོད་ད་ལྟ་བུད་མེད་འདིགས་  
ལུས་ཇི་ལྟར་མིན་ཏེ་དེས་ན་འདི་ལ་སྦྱོད་ཅིག་ འདི་ཀན་པོས་གཞོན་ལུ་མ་ལ་  
སྒྲས་པ་དང་། ཀན་མོ་ཞིག་གིས་གཞོན་ལུ་སྒྲས་པ་སྐད་ཏུ་དང་། གཞོན་  
ཞིག་གིས་གཞོན་ལུ་སྒྲས་པ་གསུམ་གྱི་འཆད་ཚུལ་སྤང་ཡང་འདིར་བྱི་མ་  
ལྟར་ངོ་། །རྐང་པ་གསུམ་པའི་དང་པོར་ཏྲ་བྲ་ཏྲ་བྲ་ཞེས་དང་། བཞི་པའི་  
དང་པོར་ན་ལི་ནོ་ན་ལི་ནོ། ཞེས་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན།  
ཡལ་འདབ་གསར་བས་མཛེས་པ་ཡི་ལྷོན་པས་ཡིད་དྲངས་པའི་གཞོན་ལུ་ན་མས་  
སྒྲར་ཡང་བསྐྱར་མཛོན་ཏུ་བྱོགས་པའི་བྱང་བ་ཡིས་དེའི་མིག་ནས་བབྱང་སྟེ།  
དེར་འགྲུགས་པར་བྱེད་ཅེས་མིག་བྱོག་ནས་བཀྲུག་པའི་དོན་ནོ། །

རྐང་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་བི་ཤ་དྲ་བི་ཤ་དྲ། གཉིས་པའི་དང་པོར་སྤ་ར་སེ་  
སྤ་ར་སེ། གསུམ་པའི་དང་པོར་ཀྲ་བྱ་ཏེ་ཀྲ་བྱ་ཏེ། ཞེས་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན་ཚིགས་  
བཅད་ཀྱི་དོན། ཚུས་པའི་བཞད་ནི་རབ་འཇུག་པ། ཟིང་གི་ཚུལ་རོལ་ཞིང་



4 5 3

སྒྲ་དེ། ཉི་མའི་འོད་གྱིས་དམར་བར་གྱུར་པའི་རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆུ་ལྷ་མོ་པ་ཞིེན་  
ཤིང་པུ་ཏ་ལ་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲེར་དུ་གྲགས་པའི་མེ་རྟོག་ལྷར་དཀར་དམར་རམ་དམར་  
སྒྱའི་གོས་ཅན་དྲི་བཟང་བའི་གནས་སྤྱུ་གྱུར་པ། བདག་གི་དགའ་མ་འདི་ནི་  
འདྲོད་པས་དགའ་བར་བྱའོ། །འདི་ལ་བོད་སྐད་ཀྱི་དབར་བརྗོད་ན། སྒྱེ་བ་  
སྒྱེ་བ་བརྒྱད་མར་ཡང་དང་ཡང་། །མཁུས་པ་མཁུས་པ་མཆོག་ལས་ལེགས་  
བཤད་སྤྱངས། །སྒྲོ་གསལ་སྒྲོ་གསལ་མཆོག་གིས་ལེགས་བསྐྱུགས་པའི། །  
ཡོན་ཏན་ཡོན་ཏན་གྱིས་གྲགས་ཆེ་འདིར་ཐོབ། །ཅིས་པ་ལྷ་ལུང་། །དེ་ལྷར་  
གོང་དུ་བསྟན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་རྟེན་པའི་ཐོག་མ་ཡི་ཟུང་ལྷན་བར་ཆོད་པ་མེད་  
པའི་རྣམ་རྟོག་ཅན་ནོ། །འདིར་བར་མ་ཆོད་པའི་ཟུང་ལྷན་ཐོག་མ་དང་དབུས་  
མཐར་ཡོད་པའི་དབར་བརྗོད་མདོར་བསྐྱུས་ནི། བ་ལང་བ་ལང་ལྷུར་ནི་བག་  
ཐེབས་ལྷར། །འདིར་ནི་སྒྲུབ་པོ་སྒྲུབ་པོ་གཞན་རྣམས་དང་། །བྱ་བ་སྣ་ཆོག་ས་  
སྣ་ཆོག་ས་གཏམ་གྱིས་གཡེངས། །ལེགས་བཤད་མཁས་པར་མི་འགྲོགས་  
སྒྲུབ་འགྲོགས་སྒྲུབ། །རྣམ་སྟངས་རྣམ་སྟངས་ལྷན་ཅིག་བདེར་གནས་བཞིན། །  
གང་ཞིག་སྒྲོ་ལྷན་སྒྲོ་ལྷན་གཞན་ལྷན་ཅིག །ལེགས་སྦྱོང་རྣམ་མཉང་རྣམ་མཉང་  
ལེགས་བཤད་སྒྲོ། །འོག་སྦྱོང་སྒྲུབ་པོར་མི་འགྲོགས་མཁུས་འགྲོགས་མཁུས། །  
ཞེས་པ་ལྷ་ལྷུང་དང་། སངས་རྒྱས་སངས་རྒྱས་སྐས་ལ་དད་པས། །མཆོད་རྣམས་  
མཐོང་ཆོས་མཐོང་ཆོས་མིན་པར། །བདེན་ས་བདེར་འགྱུར་འདྲིག་རྟེན་འདྲིག་  
རྟེན། །འདས་པའི་དབལ་ཀྱན་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པོ། །ཞེས་པས་མཆོན་ནས་

དུ་མར་འགྱུར་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྐང་བ་བཞི་ཀའི་མཐར་ཡོད་པ་བར་ཆོད་  
 པའི་བྱང་ལྡན་ཡང་བོད་སྐད་དུ་དཔེར་མཚོན་ན། དཔལ་སྤྲུལ་གྱི་མདོ་ལས།  
 དག་དང་མི་དག་སྒྲོན་བྱས་ཆུད་མི་བ། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་བསྟན་པ་ཆུད་མི་  
 ཟ། །འཕགས་པའི་ཚོགས་གྱི་ལེགས་པ་ཤད་ཆུད་མི་བ། །བྱས་ལ་བྱས་པ་བོ་  
 ཅམ་ཡང་ཆུད་མི་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་གཉིས་པ་བར་དུ་ཆོད་  
 པ་ཡི་རྣམ་རྟོག་འགའ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། རྐང་བ་སྐྱ་མ་གཉིས་གྱི་ཐོག་མར་  
 མ་རྒྱ་རེ་ཆ་ཞེས་ཡོད་པའི་བར་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཚོགས་  
 བཅད་གྱི་དོན། ས་ཉ་ཀཱ་ར་ལས་འབྱུངས་ཉིད། ཡིད་འོང་བྱི་བཟང་ལྡན་པ་  
 ཡིས། དབྱེད་དུས་གྱི་རི་དྲགས་ཨེ་ཆའི་མིག་ཅན་གྱི། ཁེངས་པ་སྤྲེལ་ལྟ་  
 མར་བྱེད། རྐང་བ་དང་པོ་དང་། བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཀ་རོ་ཉི་ཞེས་ཡོད་པའི་  
 བར་ཆོད་བྱང་ལྡན་གྱི་ཚོགས་བཅད་ནི། དགའ་མའི་ལག་པ་ཤིན་ཏུ་དམར།  
 རྒྱད་མངས་ལ་བསྟུན་རྣམ་འབྲུལ་ལ། ཐག་དོག་ལྡན་པ་ཡིན་ནམ་མཛའ་པོ་  
 ལའང་། རྣ་བའི་ཡུལ་གྱིས་སྟུན་བྱེད། དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ས་  
 ཀ་ལྟ་པོ་ཞེས་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱུད་གིས་གར་བསྐྱར་སྒྲིན་གྱི་  
 ཐེང་། །མཐའ་དག་ཆུ་ནི་འཐོར་བར་བྱེད། །དེ་རྗེས་མཇུག་མ་རབ་བསྐྱུང་བའི། །  
 མཇུག་སྒྲོ་ལྡན་པ་གར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་གོ་སྤྲོད། །དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་  
 ཐོག་མར་ཀ་ལི་ཀཱ་ཞེས་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་བར་ཆོད་པའི་ཚོགས་བཅད་གྱི་དོན།  
 འདོད་ལྡན་མ་དག་ཁྱེད་གྱི་ཡིད། །ཁེངས་ཅོད་རང་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ཏེ། །

ནི་པའི་ཀ་ལི་ཀཱ་མཐོང་ན། གནས་སྐབས་ཅི་ལ་རེག་འཇུག་རམ། ཞེས་ནི་  
བཞོགས་ཅན་གིང་གི་ཀ་ལི་ཀཱ་མེད་ཀྱི་གོ།

གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཅན་ཀཱ་ཞེས་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཆོག་ས་  
བཅད། ཅེད་གའི་རི་ཡི་ངོས་སུ་མཆོན་མོ་སྒྲེད་དེ་གྱི། བཟང་འདི་ལ་ནི་འཛེགས་  
ཇུག་ནས། མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་རབ་མཛེས་པའི། གཙུག་ལུང་ཅན་  
འདི་གར་བྱེད་དོ། རྒྱུ་པ་རྗེས་མ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོར། བ་རྩ་ཉེ་ཞེས་ཡོད་  
པའི་བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་དོན། གང་ཞེས་སྒྲུལ་མཆོག་  
སྟངས་གནས་གིང་། བཀ་པས་བབྱང་པའི་ས་འདི་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཆོག་ས་ལས་  
རབ་སྤངས་ནས། རྩ་ལྷ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་བབྱང་། ཞེས་སྒྲུ་ལྷག་མ་ཅན་གྱི་  
སྟངས་གནས་གིང་། བྱབ་འཇུག་ལག་གི་རྣམ་པས་བརྟེན་པའི་ས་འདི་རྒྱལ་  
པོ་གཞན་ལས་སྤངས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་དབྱང་པས་འཛིན་ཅེས་སོ། རྒྱུ་པ་སྒྲ་མ་  
གསུམ་གྱི་དང་པོར་ཀ་རེ་ཅ་ཞེས་ཡོད་པ་བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཆོག་ས་བཅད།  
གཡུལ་དུ་དག་ཡི་སྤང་པོ་རྣམས། ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་མཐར་བྱེད་ཀྱིས། བསྐྱུན་  
པའི་ཁྲག་ནི་རབ་ཟག་པ། ཐུན་མཆོམས་དག་གི་སྒྲིན་བཞིན་མཛེས། མཐར་  
བྱེད་གཤིན་རྗེའོ། རྒྱུ་པ་དང་པོ་གསུམ་པ་བཞི་པའི་ཐོག་མར་སྒྲ་ར་ག་ཏ་  
ཞེས་ཡོད་པའི་བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་དོན། རྒྱུ་གིས་རི་  
ཡིས་གིང་ཐེང་བཞིན། གཞན་གྱི་སྒྲ་ནི་དཔའ་པོས་བཅོམ། མཐའ་ནི་ག་  
གེད་སོང་བ་བཞིན། རྩལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་བྱབ་པར་གྱུར། འདི་ལ་མཐར་

ནི་ག་ཤེད་དེ་གཏོལ་མེད་དུ་སོང་ཞེས་འཆད་པ་ཡོད། ཡང་ན་མཐའ་གང་པ་  
 ལྟ་བུ་ག་ཤེད་དེ་གཏོལ་མེད་དུ་ཞིག་སོང་པ་བཞིན་ཞེས་ཀྱང་རོ། །རྐང་པ་ཕྱི་  
 མ་གསུམ་གྱི་དང་པོར་སྒྲ་དན་ཞེས་ཡོད་པས་བར་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་དེའི་དོན་  
 བོད་སྐད་དུ། ལེགས་པ་དང་ལྡན་ཞིང་ཆུ་འཛིན་གསལ་པའི་འོད་ལྟར་སྒྲོ་བསངས་  
 སམ་ནག་པའི་མདོག་ཅན་བྱུ་འཇུག་དེས་ལྟ་མིན་དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད།  
 ལྟ་མིན་གྱི་ཆང་ལྡན་གྲང་པོ་མཚོག་བཅོམ་པ། བྱུ་འཇུག་དེས་ཁྱེད་རྟག་ཏུ་  
 སྒྱངས། རྐང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མར་ཀ་མ་ལེ་ཞེས་ཡོད་པས་བར་ཆོད་པའི་  
 བྱང་ལྡན་ཚིགས་བཅད་གྱི་དོན། ཁྱེད་གྱི་མགོ་སྒྲ་བུང་བ་འདྲ། །གདོང་ནི་  
 བསྐར་ཐག་དོག་བྱེད། །དཔལ་གྱིས་བཞིན་དུ་རབ་ཕྱོས་པ། ཁྱེད་གྱིས་སྒྲ་  
 ཞིག་ཕྱི་མི་བྱེད། །དཔལ་གྱིས་ཞེས་ལྟ་མོད་དཔལ་མོས་གཞན་ཕྱོས་པར་བྱེད་  
 པ་བཞིན་དུ། སྒྲེ་བོ་སྒྲ་ཞིག་བདག་ཉིད་ལ་ཆགས་པའི་གུངས་སྒྲ་ཕྱི་མི་བྱེད་  
 དེ། ཐམས་ཅད་ཆགས་པའི་གུངས་སྒྲ་བཅུ་ལྟེ། ཞེས་སོ། །རྐང་པ་དང་པོ་  
 གཉིས་གྱི་ཐོག་མར་མུ་དྲ་ར་མ་ཏ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་གྱི་ཐོག་མར་མ་ད་ལྷ་  
 མ་ཞེས་ཡོད་པ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཚིགས་བཅད་གྱི་དོན། རྒྱ་ཆེ་རིན་ཆེན་  
 རྒྱན་དང་ལྡན། རྒྱགས་པས་མིག་འཁོར་ཇ་གྲྭ་ན། རྒྱང་བ་མིན་པས་མཛའ་  
 བོན། །དགའ་བ་ལྡན་པར་བྱེ་བ་བཟོད། །ཅེས་གོ་སྒྲུའོ། །ཁ་ཅིག་གིས་ཇ་གྲྭ་  
 བ་ཆང་ར་ལ་བཤད་ཀྱང་། འདོད་འཛོར་བྱུང་མེད་གྱི་སྒྲ་བྱུར་བྱུ་གྱི་ཆ་ནི་ནི་  
 ཏ་སྒྲི་སྒྲེ་འཁོངས་སོ། །མདུན་གྱི་ཆ་ལ་ཇ་གྲྭ་ནི་སྒྲེ་བསྐྱུན་གནས་སོ། ཞེས་

བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུ་རྒྱ་རྒྱུད་མིན་ཆེ་བའོ། །དེས་མཛའ་བོ་དགའ་བར་བྱེད་ཀྱས་  
བཤམ་བྱེད་བཟོད་པའོ། །རྟེན་པ་དང་བོ་གསུམ་པའི་ཐོག་མར། ལུ་དི་ཏི་ར།  
ཞེས་དང་། གཉིས་དང་བཞི་པའི་དང་པོར་མ་རུ་ཏི་ར་ཡོད་པ་ཆོད་པའི་བྱུང་  
ལྟ་ཆོག་པ་བཅད་ཀྱི་དོན། གཞན་གསོས་རྣམས་ཀྱིས་བསྒྲགས་པ་དང་། །  
ཁྱེད་ཀྱིས་བཟོད་པའི་སྒྲ་དང་ནི། །ལྟོ་ཡི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་ཀྱང་། །བདག་  
ཡིད་ཐོག་གོ་ཐོ་ཉ་མོ། །འདིར་ཐོ་ཉ་མོ་ནི་མཛའ་མོས་སྒྲེས་པ་འགྲགས་  
བར་སྒྲན་ནས་མངགས་པ་ལ་བྱའོ། །རྟེན་པ་དང་བོ་དང་བཞི་པའི་དང་པོར་  
རུ་རྩ་ཐི་ཏ། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་དང་པོར་ཏ་རུ་མ་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཆོད་པའི་  
བྱུང་ལྟ་ཆོག་པ་བཅད་དེའི་དོན། སྐད་པ་ཕྱ་ཞིང་རུལ་ཟག་པས། །གདོང་  
གི་སྒྲ་བ་རབ་མཛེས་པའི། །བྱད་མེད་ཆང་གིས་ངོ་ཆ་བཅོམ། །སྒྲེས་པའི་ལུས་  
ལ་འཛེག་པར་བྱེད། །ཅིས་སོ། །དེ་ལྟར་བར་ཆོད་བྱུང་ལྟ་བུ། །རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བ་འདི་ཡང་བསྟན། །བར་ཆོད་མ་ཆོད་བདག་ཉིད་ཀྱི། །རྣམ་རྟོག་ཀྱང་  
ཡོད་འདི་ལྟ་སྟེ། །གསུམ་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱུང་ལྟ་ལས། །རྟེན་པ་དང་  
བོ་དང་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་སྐ་ལྷི་སྐ་ལྷི། །ཞེས་དང་། །གསུམ་པ་དང་བཞི་  
པའི་དང་པོར་རྒྱ་ལྷི་རྒྱ་ལྷི། །ཞེས་ཡོད་པ་འདི་ལ་རྟེན་པ་སྐ་མ་གཉིས་འདྲ་ཞིང་།  
ཕྱི་མ་གཉིས་འདྲ་བ་བར་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱུང་ལྟ་ཞེས་བྱ་སྟེ། །སྐ་ལྷི་  
སྐ་ལྷི་ལྟ་བུ་བར་མ་ཆོད་པ་དང་། །རྟེན་པ་གཞན་ལ་བསྟོས་ནས་བར་ཆོད་པ་  
ཡང་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོག་པ་བཅད་དེའི་དོན། །ཀླུ་ལྷི་ཀླུ་ལྷི་མེ་རྟོག་ལ་འབུས་

བ་འཕྱང་པའི་ཡལ་ག་ཅན་གྱི་ཤིང་སྤུ་ལ་སྟེ་སྟོན་དཀར་ཤིང་མཛེས་པ་དེ་ཉིད་  
 མིག་བལྟ་བར་བཤམ་ཉེན་ཅན་ཆགས་ལྡན་དེ་ཡིས་མི་རྣམས་ཏེ་ཆགས་པ་བསྐྱེད་  
 པས་སོ། །དེ་བཞིན་ཤིང་བ་ཀྱུ་ལར་ཆགས་པའི་བྱང་བ་དྲང་། དེར་མ་བྱེད་  
 གྲོགས་མོས་པདྨ་ཅན་གྱི་མཚོ་ཡང་བལྟ་རྣམས་པ་མིན། ཞེས་སོ། །དང་པོ་  
 དང་བཞི་བར་ཀྱུ་ལོ་ཀྱུ་ལ་དང་། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པར་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ ཞེས་  
 ཡོད་པས་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་བར་མ་གཉིས་འདྲ་བའོད་ཅིང་མཚོད་པའི་  
 ཟུང་ལྡན་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་དོན། སྒྲིན་ནག་ཆེན་པོ་ལྡན་དུས་སྟེ། སྤྱང་དྲང་  
 གྱུ་སྒྲར་ཀྱུན་མི་མཚོན་པའམ་མི་མངོན་ཞིང་སྒྲིད་གསུང་མཐོར་དགའ་བ་ཡི་  
 སྒྲ་དབྱར་གྱི་རྩོག་པར་བྱེད་པ། དུས་ཏེ་གཤིན་རྗེ་འདྲུ་བར་སྟེ་ཡིས་བལྟ་  
 བར་རྣམས། དུས་འདི་འདྲ་ཟེར་ཀྱང་རུང་དོ། །རྒྱང་བ་བཞི་ཀར་འདྲ་བའོད་  
 ཅིང་མཚོད་པའི་ཟུང་ལྡན་ནི། རྒྱང་བ་བཞི་ཀར་ཐོག་མར་ཡུ་མ་ཡུ་མ་ཞེས་  
 ཡོད་པའི་དོན། ཐུན་གསུམ་གྱི་དབྱང་དུ་གྱུར་པས་ཡུན་རིང་བ་ཡི། མཚན་  
 མོ་ཡིས་ནི་བདག་གྱུར་དུ་གྱི་ཞིག་ ཅེས་སྟོན་པའམ། ཤི་བ་ཞིག་གསུང་འཆི་བ་  
 འདྲ་ཞེས་ཀྱང་གཞན་དག་འཆད། ཅིའི་ཕྱིར་དགའ་མ་གྲང་ལ་བདག་ཡུལ་  
 གཞན་དུ་སོང་བས་དེས་སྟོག་གཟིར་བ་སྟེ་འགོག་པར་འགོ་འདོད་པ་བཅུ་ལྟན་  
 མ་དེ་ནི་སྒྲོ་མེད་དམ་སྟིང་མེད་པོ་བདག་གིས་བཅོམ་པར་བྱས་སོ་ཞེས་འགྱུར་  
 བ་སྒྲིད་དུ་ལོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡན་ཆད་རྒྱང་བ་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་སྟེ་ཐོག་མར་  
 ཡོད་པའི་ཟུང་ལྡན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གི་ལྷགས་ནི་དཔེ་བཟོད་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སུམ་

ཅུ་ཅུ་གཅིག་པོ་འདི་འདྲ་འདི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ཟུང་ལྡན་གྱི་ནུམ་ཏྲོག་གཞན་པ་བར་  
དང་ཐ་མ་ན་ཡོད་པ་ནུམ་ས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གྲེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་  
ནུམ་ས་རེ་རེ་ནས་སྒྲིམ་པས་དབྱེ་བ་མང་བས་འཛིགས་སྤྱིར་དེའི་དབྱེ་བ་ནི་མཐའ་  
དག་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དོ། །དེ་ལ་བྱ་སྒྲ་བ་ཅི་རིགས་ལྷགས་ལས་མཚོན་  
པའི་བྱ་དཀར་རམ་བྱ་དཀར་བར་མངོན་འདོད་གང་། འགའ་ཞིག་དག་ནི་  
བརྟན་པར་བྱ། གཉིས་པ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་ལས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་ཟུང་ལྡན་  
ལས། རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་དབུས་ན་ཡོད་པ་ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་ཟུང་ལྡན་ནི།  
སྤྱི་རྩ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྒྱུ་ཡོ། བ་རྩ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྩ་བུ་ན། ཡ་སྤྱི་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་སྤྱི་བུ། རྩ་  
ལྷ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་ལྷ་ཡོ། འདི་བོད་སྐད་དུ། དམ་བཅའ་བརྟན་ལྡན་དབང་པོ་ཡུལ་  
ལ་གཡང་བ་རུ་བསྐྱམ་པ་ཁྱོད་ནི་སྤྱི་མ་བཙོན་ཏེ་བཙོན་ཚུགས་ལས་མི་  
ཉམས་ཤིང་། ཁྱོད་ལ་གཞན་བསྐྱུ་འདོད་ཀྱི་སྤྱི་མེད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་ནི་  
ནམ་ཡང་འཛིག་པའམ་ཟད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་སྤྱི་མ་བཙོན་སྐྱེས་ཡོན་ཏན་འདི་  
སྤྱི་བདེ་བ་དེ་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་འདྲ་འགྱུར་ངོ་། །བཞི་ཀའི་དབུས་ན་ཡོད་  
པ་ཚོད་པའི་ཟུང་ལྡན་ནི། ས་རྩ་སྤྱི་རྩ་རྩ་བུ་ཏེ་སྤྱི་ཡོ། རྒྱུ་པ་དང་པོ་  
ལ་སྤྱི་རྩ་དབུས་ན་ཡོད་ཅིང་། ཡི་གེ་གཞན་རྩ་རྒྱས་བར་ཚོད་པ་འདི་བཞིན་རྒྱུ་  
པ་གཞན་གསུམ་ཀའི་དབུས་ན་ཡང་སྤྱི་རྩ་ཡོད་པ་འདྲ་ལ། དེ་དག་གི་ཐོག་  
མཐའ་བར་གསུམ་ཡི་གེ་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་ཚོད་པས་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་མི་  
འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །ཚིགས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་མདུན་སྐྱུང་



ས་ཡི་ལྷ་སྟེ་བམ་ཟེ་རྣམས་དྲག་གི་ཞལ། ཆང་གིས་མ་བཅོམ་ཞེས་ཆང་བཟེ་  
 མིན་ཡང་རྒྱལ་པོས་བྱིན་པའི་ནོར་གྱིས་རོམས་པའི་མདྲོས་པས་རྩ་བ་བསྟོད་  
 པའི། བྱོད་གྱི་ཡོན་ཏན་རྩ་བ་རྒྱ་གསལ་བར་བྱས་པ་འདི་ནི་བྱོད་ལ་དགའ་  
 ཞིང་ཆགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲུ་རྒྱ་རྣམས་ལ་གཏམ་གྱི་སྤང་པོ་ཉིད་  
 དུ་གྱུར་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་གཏམ་འདི་ལྷ་རྣམས་སྤྱི་མི་འགོ་མིན་ཞེས་སོ། །  
 ཀླང་བ་བཞི་ཀའི་མཐའ་ན་ཡོད་པ་བར་ཚད་པའི་ཟུང་ལྡན་ནི། བཞི་ཀའི་མཐའ་  
 མཉུ་ཡུ་ཞེས་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཚིགས་བཅད་དེའི་དོན། །དམ་  
 པའི་སྟོད་ལ་བག་མེད་བྱོད་གྱི་དགའ་མ་གང་། །དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱི་  
 དགའ་བས་བྱས་པར་དུ་ཕྱོས་མ། །དེ་ཡིས་འདིར་ནི་འོད་ལྡན་རྒྱ་རྣམས་བཟུང་  
 བར་འོས། བདག་ལ་མདྲོས་ལྡན་ཉིད་གྱི་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་མེད། ཅེས་  
 དམ་པའི་སྟོད་པར་འཇུག་པའི་བག་ཡོད་མེད་པའི་དགའ་མ་ཞེས་སྟུར་རོ། །  
 འདི་ཆགས་བྲལ་དང་སྤོང་ཞིག་གིས་གསེར་སོགས་རྒྱན་བྱིན་པ་པར་གཏད་  
 པའི་ཚིག་བྲས་ཀྱང་རུང་ལ། འགྲེལ་བ་གཞན་དུ་བདག་པོས་བྱི་བོ་བྲས་པར་  
 རུང་མས་ཁོ་ཚིག་སྒྲུས་ཏེ་བདག་ལུས་བརྒྱན་ནས་བྱོད་དང་འབྲིག་མི་འདོད་  
 ཅེས་སྒྲུ་བར་འཆད་དོ། །ཀླང་བ་བཞི་ཀའི་མཐའ་ན་ཏེ་ན་ཏེ་ཞེས་ཡོད་པས་  
 མཐའ་ཡི་ཚད་ཅིང་མ་ཚད་པའི་ཟུང་ལྡན་ཚིགས་བཅད་གྱི་དོན། མགོན་པོ་  
 བྱོད་ལྷ་གཞན་ལ་དུང་པའི་རོ་ནི་མི་མཁྱེན་ཏེ། །འདུད་པར་མི་སེམས་བ་དང་  
 དེའི་རྒྱ་མཚན། །དམན་པ་ཉིད་དང་མཚོག་ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་འགལ། ཞེས་

མི་མཚུངས་གིང་མི་མཉམ་པས་སོ། །དེས་ན། གང་ཞིག་དམན་པ་ནམས་  
གྱིས་ཁྱོད་ལ་མགོས་འདུད་ཅིང་། དེ་དྲག་ཁོ་ན་ལམ་ངེས་པར་དམན་པའི་རོ་  
ཁྱོང་པ་དེས་ཁྱོད་ཀྱི་བཀྱར་སྒྲིའི་ཆེད་དུ་མཆོག་ཏུ་ངལ་བཞིན་རྒྱུ་ལྟོ། །རྟེན་པ་  
བཞི་ཀའི་དབྱུག་དང་མཐར་ཉེན་ཞེས་ཡོད་པས་བར་མཐའ་ན་ཡོད་པ་ཆོད་  
པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་ཆོགས་བཅད་དེའི་དོན། རོལ་པའི་འཇུག་དཀར་དང་ནི་  
འཇམ་པོར་སྒྲུབ་དང་། རྒྱུང་བའི་ལྟ་བ་དང་ནི་ཕྱི་བའི་འགོ་བ་དང་། ཀྱུན་  
ཏུ་གྲུལ་དང་རྩ་ཁྲ་དག་སྟོན་པ་དེས། །བརྒྱན་པ་དེས་ན་བདག་ནི་འཆོ་བས་  
དམན་པར་འགྱུར། རྒྱུང་བའི་ལྟ་བ་ཟིམ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བྱང་བྱང་ལྟ་བའོ། །  
ཕྱི་བའི་འགོ་བ་ནི་དལ་བུར་ས་མནན་ཏེ་འགོ་བའོ། །ཁྱོས་པའི་ཀུན་ཏུ་གྲུལ་  
བཞེས་གྲུལ་བའི་དོན་འདོད་པའི་སྒྲུབ་པས་སུ་འགྲེལ་བ་འདོད་འཇོར་བཤད།  
ཁ་ཅིག་གིས་འདོད་པའི་དབང་གིས་སྟོད་ཚུགས་མི་བརྟན་པར་བྱལ་བྱལ་བསྟོད་  
པ་ལྟ་བུ་ལ་བཤད། ཁ་གང་སེམས་ནས་གྲུལ་བའི་དོན་ནི་སྐབས་འདིར་མི་འགྲེལ་  
ལོ། །དེ་སོགས་ཆགས་སུ་བྱང་བའི་སྟོད་ལམ་དེས་ཡིད་ལ་བརྒྱན་པས་བདག་  
ཆགས་པས་འཆི་ལ་བྱུག་གོ་ཞེས་སོ། །རྟེན་པ་བཞི་ཀའི་དབྱུག་དང་མཐར་  
ལྷན་ལྷན་ཞེས་ཡོད་པས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཆོགས་བཅད་དེའི་  
དོན་ནི། དཔལ་སྦྱིམ་དཔལ་མོ་ལྡན་པས་དཔལ་ལྡན། ཀུན་ལ་བྱུང་པས་  
གནས་གང་རུང་གཅིག་ཏུ་མི་ཤོད་པ། ཏྲག་ཏུ་གནས་པས་བརྟན་ལྡན་ཡིན་  
པའི་རྒྱ་གང་གིས། དེའི་རང་བཞིན་ནམ་བདག་ཉིད་ནི་འཆི་མེད་ལུས་དང་

མཉམ་པའི་ཚད་དང་ལྡན་པའོ། །ཁྱོད་ལ་གྲུས་པས་རབ་རྒྱ་དྲན་པའི་འགྲོ་བ་  
ནམས་ལ་དཔལ་རྒྱས་པར་བྱེད་ལ། གུན་གྱིས་མཚོན་པར་འོས་པ་དང་ལྡན་  
ཅིང་ཡོན་ཏན་ཚད་མེད་པའི་མིང་ཅན་ནི། གོམ་པས་ས་གསུམ་འཇལ་བྱེད།  
གཟུགས་ཀྱི་ནམ་པ་ཚད་མེད་པ་མང་པོ་བཞོད་པ་བྱ་བ་འཇུག་དེ་ལ་ཐུག་དག་  
འཚལ་བར་མཛོད་ཅིག །ཅེས་སོ། །

རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་དང་བར་ན་སྐར་སྐར་ཞེས་ཡོད་པ་ཚོད་པའི་བྱང་  
ལྡན་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན། འདོད་པའི་རོ་བཅུད་ལ་ཞུགས་ཏེ་རྩ་འབྲས་རྒྱས་  
པའི་བྱང་གིས་མཛའ་བོ་དགལ་བར་བྱེད་ཅིང་། མྱིད་པའི་འདོད་ཡོན་གྱི་སྡིང་  
པོར་གྱུར་པའི་བཅུད་མང་པོའི་དཔལ་རབ་རྒྱ་འདྲིན་པ་གང་ཞིག་ཚུ་བྱ་བ་ཞད་  
གྱི་སྒྲུའི་རྗེས་སུ་མཚུངས་པའི་སྒྲུ་དང་ལྡན་པ་གསེར་གྱི་དྲིལ་ཆུང་སེལ་སེལ་  
འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་མེད་བཟང་མོ་དེས་ནི་བཅུད་ཀྱིས་ལེན་གྱི་སྒྲུན་སོགས་  
མྱིད་བདེ་གཞན་སྡིང་པོ་མེད་པར་རྟིག་པར་བྱས་སོ། །རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་  
མ་དང་དབྱས་ན་ན་ལྟ་ཡོད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་མཐའ་  
ནའང་ཡོད་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཐར་ན་ལྟ་གསུམ་བརྒྱད་མར་ཡོད་པ། དང་  
པོའི་དབྱས་ན་ལོ་ཙྏ་དང་། གསུམ་པའི་དབྱས་ན་སིཛེ་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་  
རྒྱུ་པ་དེ་གཉིས་ཀ་ཐམས་ཅད་ན་ལྟ་ཞེས་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་པོ་  
དང་དབྱས་ན་ཡོད་པ་ཚོད་ཅིང་མཚོན་པའི་བྱང་ལྡན་ཡིན་ཡང་། སྐར་མ་གཉིས་  
ཀྱི་མཐའ་ཐོག་དང་། བྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་སྐར་ཏེ་བར་མ་ཚོད་པའི་

ཟུང་ལྡན་དུ་འང་འབྱུང་རོ། །ཆོག་མཆོག་པཅད་དེའི་དོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྟན་  
 ལ་རྒྱས་པ་ཞེས་བོས་ནས། ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་ལེགས་པར་བརྟག་པ་འདི་  
 ཡིས་ནི། ཚུལ་ལུགས་མེད་ཅིང་དག་བའི་ཐབས་བསྐྱབ་པ་ལ་ལོང་བ་ལྟ་བུ་  
 རྣམས་རྣམ་པར་བྱུང་ཅིག །ཁྱོད་ནི་བཞོན་པ་པལ་བ་རྟ་གྲུང་སོགས་ཀྱིས་བཞོན་  
 པ་ས་མི་འགོ་ཞིང་ཐབས་ཤེས་ལྡན་པས་རྒྱལ་བའི་ཐེག་པ་ལ་བཞོན་པས་འགོ་  
 བ་དྲག་གིས་གང་ཞིག་ལམ་ཡང་དག་པའི་ཚུལ་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཚུལ་ཐོབ་  
 པ་ཉིད་དུ་འགོད་པ་དྲག་ལ་ཁྱོད་སྟོང་སྟོང་བས་བརྟན་པ་སྟེད་ཅིག ཅེས་སོ། །  
 ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མར་ར་བེ་ཞེས་ཡོད་པས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་ཟུང་ལྡན་  
 ཆོག་མཆོག་གི་དོན། གཞན་གྱིས་འདེགས་དཀའ་བ་མཚུངས་མེད་ལྟེ་པའི་  
 མཆོན་ཆ་དང་ལྡན་པའི་གཡུལ་ངོ་ཆེན་པོ་གང་དུ་ས་སྟེས་ལྟ་མིན་རྣམས་ནི་བྱུང་  
 འདུག་གི་རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་པ་དཔའ་བོ་བྱ་ཡི་ཏོག་ཅན་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་  
 པའི་སྐྱ་ཡིས་བྲོས་སོ། །ཉི་མ་བཞིན་དུ་བརྗིད་པའི་འཕྲོག་བྱེད་དེ་བྱུང་འདུག་  
 འདི་ཡི་མདུན་དུ། འདིགས་རུང་གཡུལ་ལ་འདུག་པར་རྩོམ་པའི་དག་དེ་ནི་  
 བཤན་པའི་སྟོན་དུ་ལུག་དང་མཚུངས་པར་རིག་སྟེ་དེས་གསང་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མཐར་མ་ཡུ་མ་ཡུ་ཞེས་ཡོད་པས་བར་མ་ཆོད་ཅིང་ཆོད་  
 པའི་ཟུང་ལྡན་གྱི་ཆོག་མཆོག་པཅད་འདི་ལ། ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་དབུས་ཀྱི་ཡི་གེ་  
 བཞི་མ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་ན་ཡུ་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་ཡི་དོན། གང་  
 ཁྱོད་དང་བྲལ་པས་ཉེན་པ་དེའི་དབང་གིས། མཆོན་མོ་གཅིག་ཀྱང་ཆད་མེད་

པ་རིང་པའི་སྐྱེད་དང་ལྷན་ལ། དེར་དགའ་བའི་དཔལ་གྲོགས་པོ་མེད་པའི་  
སྐྱེད་བསྐྱེད་ཚད་མེད་ཅིང་། མཐའ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱོད་བྱ་གཏན་ནས་མིན་  
པའི་འཆོ་བ་ཟད་པའི་ནད་ལ་བརྟེན་པའམ་རེག་པ་དང་། ཆ་བཅུ་དྲུག་པ་ཡི་  
རུང་བཞིན་སྒྲུབ་པ་ཡང་ནད་དུ་འགྱུར་བ་ཅན། ཁྱོད་དང་བུལ་བའི་ནད་ཀྱིས་  
གཟེར་པའི་སྐལ་ལྷན་ཡིད་འོང་མ་འདི་སྤྱིང་རྩེའི་རུང་བཞིན་དུ་གྱུར་པས་འདི་  
དང་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྲོགས་པར་མཛོད་ཅིག ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་དབུས་  
མཐའ་གསུམ་གར་མ་རྒྱ་ཞེས་ཡོད་པ། ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་ཚིགས་  
བཅད་གྱིདོན། གཞན་དོན་ལ་ངལ་བ་མེད་པར་ཁྱོད་གྱི་སྒྲོ་ལ་ཆོས་ཀུན་ལའམ།  
སྒྱེ་བོ་ཀུན་ལ་མཉམ་ཉིད་བསྒྲེག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་མཉམ་མོ། །ཁྱོད་  
ནི་སྐྱེས་བུ་སྒྲོན་མེད་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པར་འགོ་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ་མཐུན་པར་འགོའོ། །དེས་ན་དགའ་བུལ་ཐོགས་ཀྱིས་གདུང་བ་མེད་པའི་  
ལས་ཀྱིས་གོ་འཕང་མཚོག་ཐོབ་པ་རྒྱལ་བ་མཚོག་གི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་  
དོ། །དེས་ན་ཁྱོད་ནི་དགའ་བུལ་ཀྱིས་གདུང་བས་དགའ་བ་མེད་པའི་ཀུན་ཏུ་  
རྒྱ་གཞན་དང་། གཞན་དོན་ལ་འདོད་པ་མེད་པ་ཆགས་བུལ་པ་ལ་གྱི་བཞེད་  
པ་དག་ལས་རྒྱལ་བོ་ཞེས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ལ་བསྐྱེད་པ་འོ། །

ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཡོད་པ་ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་  
གྱི་དབེ་བཛོད་ནི། འདིར་ཀུ་ལ་ཀུ་ལ་ཞེས་པ་ཀླང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མཐའ་  
བར་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་ཞིང་བཛོད་པས། ཀླང་པ་རེ་རེའི་ནང་ན་དབུས་ཀྱི་ཀུ་

ལ་ཀུ་ལའི་ཐོག་མར་ཡི་གེ་བྱུང་རེ་སྟེ་བཞི་མ་གཏོགས་ཐམས་ཅད་ཀུ་ལའི་སྒྲ་  
 འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། འདི་ཡི་གེ་བཅུ་དྲུག་པའི་དཔེ་བཟོན་ལ་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་གྱི། དེ་བས་མང་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་བར་དུ་ཡི་གེ་དུ་མ་ཡོད་པའང་འབྱུང་  
 རོ། །ཆོག་ས་བཅད་འདིའི་དོན། དུས་ཞེས་པ་གཤིན་རྗེ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དུས་  
 ཅན་ཏེ་དེ་དག་འབྱུང་བ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་པོ་མགིན་ནག་དབང་ལྷག་ཆེན་  
 པོ། སྒྲ་ཞི་ལུ་པའི་སྒྲ་ལས་ཞལ་ནག་པོ་བྱུ་མཆོག་གི་རྒྱལ་མཆོན་ནག་པོ་ཉིད་  
 དུག་འཛིན་པ་དེ་ནི། དཔེར་ན་ཁུ་བྱུག་དང་མ་བྱ་སོགས་སྐད་སྟན་པར་སྒྲོག་  
 པ་དུག་གི་སྐད་གདངས་སྒྲོག་པའི་དུས་དབྱར་གྱི་བྱང་པའི་ཆོག་ས་དང་སྒྲིན་  
 རྒྱག་པོ་ད་གིགས་པ་ལྷ་སྐར་ནག་པ་གང་ཞིག་འཛིག་པའམ་འཕོ་པའི་དུས་  
 ཀྱིས་མི་གཞུང་སྟེ། ཀྱ་བ་དང་འཆི་བ་མེད་པར་གནས་ཤིང་། ལོ་སྒྲ་སོགས་  
 དུས་ཀྱི་ཆའི་གཙོ་བོ་སྟེ་བདག་པོར་གྱུར་བ་ཞེས་བོས་ནས། མཛེས་པའི་སྒྲིན་  
 ཆོག་ས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་འབྱུང་གནས་སུ་གྱུར་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མཆོ། ཁྱོད་མཉེས་པ་  
 ལྟར་ལེན་པའི་དཀའ་བས་འཆོ་བའི་འཇུ་མ་མིག་གཡོ་ལྡན་ལན་སུའི་སྟེང་བ་  
 རོལ་བ་ཅན་འདི་དང་འབྲལ་མེད་ཏུ་གཏུ་འགྲོགས་པར་མཛོད། ཅེས་སོ། །  
 རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ལས་འདི་ཡི་རྒྱ་བ་དང་པོ་གཉིས་དབང་ལྷག་ལ་བཤད་དེ།  
 དེ་ནི་ལྷ་མ་དང་མི་འབྲལ་བ་དཔེར་བྱས་ནས། རྒྱ་བ་བྱི་མ་གཉིས་བྱུང་འཇུག་  
 ལ་ལྟའི་སྒྲ་མཁན་གྱིས་བསྒྲུལ་བ་སྐད་དུ་མཛེས་པའི་སྒྲིན་མཆོ་ཁྱོད་དང་ཡུན་  
 རིང་བྲལ་བས་ཁྱོད་ལ་རེ་བའི་དཀའ་བས་འཆོ་ཞིང་ཆགས་པས་གཡོ་བའི་ཡིད་

ལྷན་ལན་སྒྲིང་གནག་པ་རྩལ་པ་ཅན་དབལ་མོ་དང་འགྲོགས་པར་མཛོད་ཅེས་  
བཤད། མཚུངས་སྒྲིུ་དཔེ་ལ་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་བར་གྱི་ཚིག་བསྐྱས་པ་ཡིན་  
པར་ཡང་བཤད་ཀྱང་དབང་ལྷན་ལ་བཛོད་པ་ལྷར་བྱས་ན་འད་དེའི་སྒྲིུ་དབང་  
མཐུན་པར་རྗེས་སུ་བཛོད་པའི་ཕྱིར་མི་ལགས་པ་མེད་དོ། །འདི་བོད་སྐད་དུ་  
དཔེར་བཛོད་ན། བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་མ་ཡིན་བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་ཡིན་ན་སུ་ཞིག་བྱེད་  
པོ་བྱེད་པོ། བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་མེད་ན་བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་མིན་ཏེ་རི་རབ་བྱེད་པོ་བྱེད་  
པོ། །བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་ཡོད་ན་བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་གཞན་ཕྱིར་ཐུག་མེད་བྱེད་པོ་བྱེད་  
པོ། །བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་ཡོད་མིན་བྱེད་པོ་བྱེད་པོ་མེད་མིན་དེ་འདྲའི་བྱེད་པོ་བྱེད་  
པོ། །ཞེས་པ་འདིའི་དོན་ཚངས་པ་དབང་ལྷན་ཁྲུབ་འཇུག་རྒྱ་ཆ་སྒྲིུ་གས་དང་  
བདག་དང་དུས་སྒྲིུ་གས་བྱེད་པོ་གཅིག་ལུ་རྟག་པས་ཐམས་ཅད་བྱས་པ་ལ་མི་  
འཐད་པར་བཛོད་པ་སྟེ། བདག་ལ་སྒྲིུ་གས་པ་གང་ཞིག་ཀྱན་གྱི་བྱེད་པོ་ཞེས་  
འདོད་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་བའོ། །གཞན་  
དག་ན་རེ། བྱེད་པོ་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་མི་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་  
གང་སུ་ཞིག་བདག་གམ་དབང་ལྷན་བྱེད་པ་པོ་དེའི་བྱེད་པོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་  
བྱེད་པོས་མ་བྱས་པར་འབྱུང་བ་མེད་པར་མཚུངས་སོ། །དེ་ལ་ལན་དུ་བྱེད་པོ་  
འདི་ལ་བྱེད་པོ་གཞན་མེད་དེ་རང་བྱུང་བའོ་ཞེ་ན། རྒྱ་རྒྱེན་གང་གིས་མ་བྱས་  
མ་བསྐྱེད་པ་དེ་འདྲའི་བྱེད་པོ་དེ་ནི་ཚོས་གཞན་གྱི་བྱེད་པོ་མིན་ཏེ། དཔེར་ན་

རི་བོང་གི་རྩ་བྱེད་པོ་དེའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་དང་ཁྱད་མེད་དེ།  
རི་བོང་རྩས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་ཡོད་མ་ཆེད་པ་བཞིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱེད་  
པོ་རང་ཉིད་ཡོད་པ་མི་སྲིད་དོ། །

གཞོན་པ་དེར་དོགས་ནས་བྱེད་པོ་དེ་ལའང་བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཡོད་པར་འདོད་  
ན་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་བྱེད་པོ་གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་བྱིར་བྱེད་པ་པོ་ལ་མཐའ་ཐུག་  
མེད་གྱི་བྱེད་པོ་སྒྲ་མ་མང་པོ་བྱི་མ་མང་པོའི་བྱེད་པོར་འགྱུར་བས་བྱེད་པོ་རྟག་  
གཅིག་ནམ་ཡང་མི་འཐད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱེད་པོ་དེ་ལ་བྱེད་པ་པོ་ཡོད་པ་མིན་  
ཏེ། བྱེད་པོ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་འདོད་པས་སོ། །བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་  
སྐྱེད་པའི་བྱེད་པོ་མེད་པའང་མིན་ཏེ། བྱེད་པོ་དོན་བྱེད་ལྷས་པའི་རོ་བོས་ཡོད་  
པར་འདོད་པ་གང་ཞིག་དེ་ཡོད་ན་རྒྱ་མེད་པ་མི་འཐད་ལ་རྒྱ་མེད་ན་དེ་ཡོད་  
པར་ཡང་མི་འགྲུབ་སྟེ་རི་བོང་རྩ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རིགས་པས་བརྟག་ན་  
མི་འཐད་པ་དེ་འདྲའི་བྱེད་པོ་དེ་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་ཡིན་ནོ་ལོ་ཞེས་སམ། ཅིས་  
མ་ཡིན་ཞེས་བརྟོངས་ཆོག་ཏུ་བྱགས་གྱིས་གོ་བོད། །འདི་ནི་ཡི་གེ་ཚོགས་པ་  
བསྒྲོར་བ་གཞུང་འདིའི་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་ཐོག་མཐའ་དབུས་གསུམ་གྱི་བྱུང་ལྡན་  
མཚོན་པ་དང་ཆ་འདྲར་མཚར་ལྟོས་གྱིས་སྒྱུར་བ་སྟེ། བོད་སྐད་ལ་གིན་ཏུ་བྱ་  
དགའ་བ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་བོད་སྐད་ལ་ཡོན་ཏན་བཅུ་དང་དོན་རྒྱན་མཐའ་  
དག་དང་། ཟུང་ལྡན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅི་རིགས་བབྱིད་བྱུང་བ་ལས། བྱ་དགའ་པོ་ལ་  
ཆེར་རྒྱས་དང་མཚུངས་པ་ལྟ་བུ་བབྱིད་མི་ལུས་པ་ནི་སྒྲུམ་སྤྱིའི་ཐགས་ལ་ཟེའོག་



གི་རི་མོ་གཏོད་མི་རུས་པ་ལྟར་སྒྲིག་གིས་སུ་བྱེད་པས། རྒྱ་སྒྲིག་ལ་དེ་འདྲ་  
བྱུང་ཡོད་པའི་གོ་བ་ཆགས་ཕྱིན་པོད་སྒྲིག་དེའི་ལད་མོ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པའི་  
དགའ་ལས་ཆོགས་ཆེ་དོན་ཚུང་བས་ཡི་གེ་རེ་རེའི་བྱུང་ལྡན་ལས་དཔེ་བརྗོད་སྒྲ་  
མ་དག་གིས་བྱས་པ་རྣམས་སྒྲིག་འདི་ལ་འགའ་ཅིང་མཛེས་སོ། །

གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྐྱུར་བའི་བྱུང་ལྡན་ནི། ཀྱང་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་  
ནི། །རབ་སྐྱུར་བྱུང་ལྡན་གནས་སྒྲ་བས་འདི། །འདིའི་གོང་དུ་བརྗོད་པའི་དཔེ་  
བརྗོད་བཞི་བཤད་མ་ཐག་པ་དེའི་ཁོངས་སུ་འདུས་མོད་ཀྱི། རང་དབང་རམ་  
རང་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ཉིད་ཀྱིས་འདིར་བཤད་དོ་ཞེས་གསུངས་ནས། འདིའི་དཔེ་  
བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་མཐའ་དང་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་མ་དེ་ན་སྤ། གཉིས་  
པའི་མཐའ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ན་ཡོ་རྩོ་དུ། གསུམ་པའི་མཐའ་དང་བཞི་  
པའི་དང་པོར་ག་དུ་སྤ་དུ། ཡོད་པ་འདི་མཐའ་ཐོག་སྐྱུར་བའི་བྱུང་ལྡན་ནོ། །  
ཆོགས་བཅད་དེའི་དོན་བདག་ལ་སྐྱར་དེ་འདོད་ཅིང་ཁྱེས་པའི་ཆགས་པ་ཉེ་བར་  
གནས་ཀྱང་བྱུང་མེད་དེས། བདག་ཉིད་ལ་མ་སྐྱུར་བའི་རྒྱ་དེར་བདག་གི་འཁོན་  
འཛིན་གྱི་སྤྲིག་པས་སམ་ཉེས་པས་ཁྱོ་བ་ཡི་རོ་དང་སྐྱུར་ཏེ། ད་ནི་འདི་ལུས་  
མེད་འདོད་པ་དག་གིས་གསུང་བར་ཀུན་ནས་བདག་འདོད་མོད་ཀྱང་། བདག་  
ནི་འདི་ལ་འདི་སྤྲིད་ཀྱི་གསུང་པ་འབྱུང་བའི་སྒྲིག་དུ་དེའི་གན་དུ་མ་བསྐྱད་དོ། །  
ཞེས་སོ། །བཞི་པ་ཀུན་ཏུ་བྱུང་ལྡན་ལ། ཀྱང་པ་བརྒྱས་པ། ཆོགས་བཅད་  
བརྒྱས་པ། བྱུང་ལྡན་ཆེན་པོ་གསུམ་ལས། དང་པོ་གཉིས་མདོར་བསྟན་པ་

ནི། ཚིགས་བཅད་ཀྱི་ཕྱེད་དེ་རྒྱུ་པ་གཉིས་སྐར་ཡང་བཞུས་པ་ནི་ཡང་དག་  
 སྐར་བ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དང་པོ་གསུམ་པར་བཞུས་ཤིང་  
 གཉིས་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་དང་། དང་པོ་གཉིས་པར་དང་། གསུམ་པ་བཞི་  
 པར་བཞུས་པ་དང་། དང་པོ་བཞི་པར་དང་། གཉིས་པ་གསུམ་པར་བཞུས་  
 པའི་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །རྒྱུ་པ་གཉིས་སྐར་ཡང་བཞུས་པ་ལའང་དུམ་  
 ཡི་དབྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་དེ་དག་རིམ་པ་བཞིན་དཔེས་གསལ་བར་བྱའོ། །  
 དང་པོ་གསུམ་པ་དང་གཉིས་པ་བཞི་པར་བཞུས་པའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱུ་པ་  
 དང་པོར། ལྷ་སྟེ་ཡེ་ལྷ་ཏ་ཡ་བར་རྩྱུ་རྩུ་ ཞེས་པ་འདི་རྒྱུ་པ་གསུམ་པར་  
 སྐར་ཡང་བཀོད་པ་དང་། རྒྱུ་པ་གཉིས་པར། བ་ར་ལྷ་ཏ་ལྷ་མ་ལྷ། ཞེས་  
 པ་འདི་རྒྱུ་པ་བཞི་པར་སྐར་ཡང་འདི་ཁོ་ན་བཀོད་པས་ཡིག་དུ་མ་ཚིགས་པའི་  
 རྒྱུ་པ་དེ་དག་རྒྱུ་པ་གཞན་གྱིས་བར་ཚོད་པར་བྱུང་བས་བྱང་ལྡན་གྱི་ཕྱེ་བྲག་  
 ཏུ་ཡང་བྱུར་བའོ། །ཚིགས་བཅད་དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ། སྐྱེས་སུ་བརྟན་  
 པ་གང་ཞིག་སྟོང་སྟོང་བས་ཅན་དེས་ཁྱོད་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་རབ་ཏུ་སྒྲངས་  
 གང་། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐར་སྐར་བྱ་ཉིད་དུ་བྱས་པ་དེ་དང་ང་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་མཚོག་ཏུ་  
 འབད་པ་ཡིས་སྐྱེས་སུ་དེ་གཅིག་སུ་ལ་ཡིད་བརྟན་བྱའོ། །སྟོ་མི་བརྟན་མ་ཞེས་  
 བོས་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཚིག་རྣམས་དང་གཉིས་པ་ཁྱོད་མེད་  
 ལ་དེ་བཞིན་གྱི་མ་གཉིས་འདྲ་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་ཚིགས་བཅད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་  
 བའི་དོན་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔུང་གི་བཤོད་པ་ཁྱབ་བདུག་ཁྱབ་འཇུག་

ཁྱོས་པ་ལྟ་བུའི་གཟི་བྱིན་གྱིས་པ་རོལ་གྱི་དབྱང་ལ་གནོད་པ་ཡང་ཡང་རུབ་  
 ཏུ་སྒྱུར་བས་གཞན་སྤྲོ་བ་ཀོང་ནས་ངོ་མདངས་མཛེས་པ་མེད་པ་ཡི་མི་རྣམས་  
 དབང་བའི་ཚུལ་དྲང་རྒྱལ་ཉམས་བྱས་ནས། རྒྱལ་བསྐལ་བས་གདུང་ཞིང་  
 གྱི་མ་རོ་རྣམས་བྱས་ཆོས་ནས་རྣམ་པར་བཅོམ་མོ། །དེ་བཞིན་རྒྱུང་པ་དང་  
 བོ་དང་བཞི་པ་བྱད་མེད་ཅིང་། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་འདྲ་བའི་བྱང་ལྡན་  
 ཚེགས་བཅད་གྱི་དོན། སྤྱི་ནི་གྱི་བཟོད་པ་དང་ལྡན་པ་དབྱར་གྱི་དུས་སྤྱེས་  
 བའམ་བྱང་བའི་ཆོན་མ་བྱའི་ཚེགས་རྣམས་ནི་དགའ་བའི་སྒྲ་ཡིས་མཛེས་པ་  
 ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཆོ་སྤྱིན་འཐོར་བྱེད་རྒྱུད་གི་ཚེགས་སྤྱེས་ཐོབ་པ་འབྲུག་  
 བོ་དང་བྲལ་བས་ན། རྒྱུར་སྒྲོག་གི་ཞེས་པ་དང་བའི་ཚེགས་རྣམས་ནི་སྒྲན་  
 བའི་སྒྲ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ། །དེས་ཚེགས་བཅད་གྱི་སྤྱེད་བཞུས་པ་  
 ཡང་དག་སྒྱུར་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་དབྱེ་བ་གསུམ་བསྟན་ནས། ད་ནི་ཚེགས་རྒྱུང་  
 གཅིག་སྤྱར་ཡང་བཞུས་པ་ལ་དབྱེ་བ་དུ་མ་འབྱུང་བའི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ་  
 ལ། ཚེགས་རྒྱུང་དང་བོ་གཉིས་པར་སྤྱར་ཡང་བཞུས་ནས། གཞན་གཉིས་ཅི་  
 བདེར་བྱས་པ་དང་བོ་གཉིས་པར་བཞུས་པའི་བྱང་ལྡན་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བོད་  
 རྒྱུང་ལ་ཚེགས་རྒྱུང་དང་བོ་དེ་ཉིད་གཉིས་པར་སྤྱར་བཀོད་ཀྱང་དོན་ཐད་དང་པར་  
 རྒྱུར་བ་ཞིག་བརྩམ་ན་དེས་འབྲས་པས་སྒྲ་བས་འདིར་རྒྱ་རྒྱུང་མ་བཀོད་ལ། བོད་  
 གྱི་བྱང་ལྡན་སྤྱེས་གྱི་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་ཆ་འདྲ་བ་ཅམ་དུ་རྒྱུར་ཀྱང་བོད་རྒྱུང་  
 ལ་དེ་ལས་མ་ཐོན་མོད། དཔེ་ཅམ་དུ་དེ་དག་གི་སྤྱིང་ནས་གོ་བར་སྤྱད་རུང་ངོ། །

རྒྱ་རྒྱུ་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་པར་བསྐྱས་པའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན་བོད་  
རྒྱུ་དུ་བསྐྱར་བའི་དོན་ནི། ཁོ་མོའི་འདོད་གཏུང་གཞིལ་ནས་སློག་འཚོ་བར་  
བྱེད་པས་འཚོ་བའི་དབང་ལྷན་ཅེས་བོས་ནས། འདུད་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཁོ་མོ་  
ནི་དམན་ཞིང་ཁེངས་པ་ངེས་པར་བསྐྱབ་པའི་དབང་ལྷན་མ་བདག་གིས་སྐྱེས་  
ལུང་ལ་བརྟེན་བསྐྱངས་པས་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱང་གི་འོ་མ་འཛིན་ཏེ་ལུ་མ་གཉིས་  
པོ་ཉེ་བར་གཏད་ནས་ཀུན་རྒྱུ་མ་འཁྱུང་དོ། །

དན་ཉི་དེ་དང་བུལ་བས་བདག་མི་འཚོའི་ཞེས་མཛའ་མོས་འགྱུར་ཚིག་རྒྱས་  
པ་རྒྱུ་དུ་བརྗོད་པའོ། ཚིག་རྒྱུ་དང་པོ་སྐྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཆ་སོགས་ཡི་གེ་བརྟེན་  
གཉིས་པོ་སྐྱར་ཡང་རྒྱུ་པ་གསུམ་པར་བསྐྱས་པའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན་ནི།  
རྒྱ་རྒྱུས་ཀྱི་འདུན་ས་དག་རྒྱ་རྒྱ་མིན་སྟོབས་ཞེས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་པོ་བྱུང་  
བདག་བརྒྱ་བྱིན་གནས་པ་དེ་ན་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་གྲགས་པ་  
པད་ཅུ་རྒྱུ་དཀར་བ་དྲི་མ་མེད་པས་འཛིགས་ཞེས་རྒྱའི་འདུན་སར་ཡང་ཁྱོད་  
ཀྱི་གྲགས་པས་བྱུང་ཅེས་དང་། རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་འོད་འབར་པའི་གྲོང་བཟང་  
རྒྱུས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། ལེགས་པར་བརྒྱན་པའི་ལུང་མེད་རྒྱུས་  
དང་རྒྱུ་པར་ཅུ་ཞིང་སྟོད་ཅེས་སོ། རྒྱུ་པ་དང་པོ་བཞི་པར་བསྐྱས་པའི་རྒྱ་  
རྒྱུ་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན། ལྷན་པར་སྐྱ་དང་ལུས་སྐྱེད་དུད་པ་ལྷན་བདོ་བ་  
དང་། ལུ་གཉིས་མས་སྐྱེས་ལུ་བརྟན་པ་ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་སུ་ཞིག་མ་བཅོམ་  
དེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར་སྐྱེ་རྒྱུ་ལམ་འབྱུང་པོ་གང་ཞིག་ལུས་དང་ལྷན་

པ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་མཐུན་གྱི་སྒྲོན་ལས་གོལ་བ་ཁྱོད་ལ་སོགས་པ་དུ་ཡོད་ཅེས་བགྲང་  
 བ་ལ་ནི་མཐེ་བོང་ཁྱོད་གྱི་དོད་དུ་དང་བོར་བྱས་ཏེ་བརྩིས་ན་མིང་མེད་སྤྱི་ལག་  
 ལ་ཐུག་པར་ཉེ་བར་འགོ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་ཁྱོད་དང་འདྲ་བ་རེ་བྱུང་ཙམ་སྤྱིད་ན་  
 ལས་མང་བོ་མེད་ཇེས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འགྲེལ་པ་འགར་མཐེའུ་ཆུང་དང་  
 བོར་བྱས་ཏེ་ཡར་བགྲང་བས་སྤྱི་ལག་ལ་མི་འགོ་བས་ཁྱོད་ཁོ་ན་ལས་གཞན་  
 མེད་ཅེས་པའི་དོན་དུ་འཆད་དོ། །རྒྱུ་པ་གཉིས་པ་གསུམ་པར་བསྐྱུས་པའི་  
 ཚིགས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ། ལྷ་པ་འཇུག་ལྟ་བུ་ཁྱོད་གྱི་དམག་དབུང་གོ་བོས་  
 པ། །མཚོན་རྩོན་ལྟན་པ་དཔའ་བོ་དག་གིས་ཕྱོགས་རྣམས་སུ། བྲགས་པ་  
 དང་ནི་རྩལ་དག་རྒྱས་བྱེད་གཡུལ་གྱིས་ནི། །དག་རིགས་ལུས་བྲལ་གཟི་མེད་  
 རྒྱགས་པ་ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་གོ་སྤྱོད། །གཉིས་པ་བཞི་པར་བསྐྱུས་  
 པའི་བྱུང་ལྟ་གྱི་ཚིགས་བཅད་བོད་སྐད་དུ། དུན་ལྟན་ཞེས་བོས་ནས། བདག་  
 ཉིད་ལ་ཕན་པའི་ཚིག་གཅིག་གསན་པར་མཛོད་ཅེས་སམ། དུན་ལྟན་བདག་  
 ལས་ཁྱོད་ལ་ཕན་པའི་ཞེས་སུ་འང་འཆད་པ་ཡོད། ཚིག་གཅིག་པོ་གང་ཞེ་ན།  
 ཁྱོད་གྱི་ལག་པ་དཔལ་དང་ལྟན་ཅིག་ལག་འགོ་ཡི། །སའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་  
 འཛོལ་དེ་བྱིར་ས་གཞི་འཛོལ། །རང་ལག་རིག་ནས་རྒྱགས་པ་རྒྱས་པར་ཡོངས་  
 མ་མཛད། །ཅེས་རྒྱལ་པོ་ལ་ལག་འགོ་སྒྲུ་ལྟག་མ་ཅན་གྱི་གདངས་གས་འཛོལ་  
 པའི་ས་དབུང་པས་བཟུང་བས་ས་གཞི་འཛོལ་པའི་མིང་ཐོབ་ཀྱང་། རང་གི་  
 ལག་པས་རི་ཙམ་བཟུང་བའི་ས་གྲུས་ཀྱང་འཛོལ་བ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་རང་

ཁོན་ས་འཛིན་པའོ་སྒྲུལ་དུ་རྒྱགས་པར་མ་མཛད་ཅིག་ ཅེས་སོ། ཀྱང་པ་གསུམ་  
པ་བཞི་པར་བཞུགས་པ་ཡི་རྒྱ་སྐད་ཆོགས་བཅད་པོད་སྐད་དུ། འདོད་པའི་མེ་  
གང་ཁེངས་པས་རབ་བསྐྱབ་པ། སྐད་ཅིག་དང་མཉམ་རྒྱས་དེས་བསྐྱའི་མིག་།  
རོམ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་དེ་དག་ནི། ཀྱུན་ནས་ཉམས་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་མི་བྱེད། །  
ཅིས་འདོད་པ་ཡོད་ཀྱང་ཁེངས་པས་གཞན་མ་བསྟེན་པའི་བྱད་མེད་ཆགས་  
བདེའི་རོམ་ཁྱོད་པ་ལ་འདོད་གཏུང་གི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཡོད་པ་ཅན་ལ་བཟོད་པའོ། །  
དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྒྱང་པ་བཞུགས་པ་རྣམས་ནི་རྒྱང་པ་གཅིག་ཉིད་རྒྱང་པ་བཞིའི་  
གནས་སོ་སོར་ལན་གཅིག་སྒྲོས་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ལ། ད་ནི་རྒྱང་པ་གཅིག་  
ལན་གཉིས་སུ་བཞུགས་པ། རྒྱང་པ་དང་པོ་དེ་ཉིད་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པར་  
བཞུགས་པས། རྒྱང་པ་གཙམ་མ་གཏོགས་གཞན་གསུམ་འདྲ་བར་གྱུར་པ་ན་ཡང་  
དོན་ཐད་དེ་ཁྱོད་ནས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དེ་འདྲའི་ལེགས་  
སྒྱུར་གྱི་དཔེ་བཟོད་ནི། ད་སྐྱེ་བ་ཏོ་རྣམ་བུ་ས་བསྟ། ཞེས་པ་འདི་རྒྱང་པ་གཉིས་  
པ་དང་གསུམ་པར་སྒྲུར་ཡང་བཞུགས་པ་ཡིན་པས་སྒྲོས་ཚུལ་གྱི་དཔེ་དེ་ཡིན་  
ལ། དེ་ལྟར་བཞུགས་ཀྱང་དོན་གཅིག་ཏུ་མ་སོང་བ་པོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཆོ། མ་  
དུད་ཁྱོད་ནི་འཛིག་རྟེན་བདག་གྱུར་ཆོ། མཐུ་ཡིས་མཐུ་ལྡན་ནོར་ཅན་འདུད་  
བྱེད་པ། དེ་ཕྱིར་གསར་པའི་བཏུང་ལྡན་མཆོད་སྦྱིན་ནི། ཁངས་པ་ཉིད་དུ་ཆད་  
པར་མ་གྱུར་ཏོ། ཞེས་གཞན་སུ་ལའང་མ་དུད་ཁྱོད་ཅེས་རྒྱལ་པོ་ལ་འབོད་  
པའོ། མཐུ་ལྡན་ནོར་ཅན་ནི་བརྒྱ་བྱིན་དེ་དེས་ཀྱང་འདུད་པའོ། ལྷ་བའི་བཏུང་

བ་གསར་བ་སོགས་ཀྱིས་མཚོད་སྒྲིན་མ་ཆད་ཅེས་སོ། ། ཟླ་བའི་བཏུང་བ་ནི་  
 རིག་བྱེད་ལས་བཤད་བ་ཅ་རྒྱུའི་ཁུ་བ་དང་ཆང་སོགས་སྒྲུབ་བའི་མཚོད་ཡོན་  
 བསྐྱབས་ནས་བཏུང་བར་བྱ་བའི་མིང་རོ། ། དེ་བཞིན་རྒྱུ་བ་དང་པོ་གསུམ་  
 བ་བཞི་བ་རྣམས་ཁྱད་མེད་པར་ཆོག་རྒྱུ་གཅིག་ཡང་ཡང་བསྐྱས་ནས་གཉིས་  
 པར་ཆོག་གཞན་བཞོད་བ་དེ་འདྲའི་ཟུང་ལྷན་དེ་བོད་རྒྱུ་དུ། དབྱང་གི་སྒྲུབ་  
 པོ་རྣམས་ནི་གཞན་དང་གཞན། ཁྱོད་ས་ལྷན་སྒྲོག་རབ་ཏུ་བརྒྱུད་བ་ཡིས། །  
 ཐང་ལ་རྒྱལ་བསྐྱབས་ནས་མཁའ་འགོག་བྱེད་ཅིང་། །གཡུལ་གྱི་ཁྱོད་ས་བསྐྱོག་  
 མཚོག་ཏུ་གཞན་ལ་རྒྱུག་ ཅིས་བ་གོ་སྒྲུའོ། །རྒྱུ་བ་གཉིས་བ་དེ་གསུམ་བ་  
 དང་བཞི་བར་བསྐྱས་བས་རྒྱུ་བ་དང་པོ་མ་གཏོགས་གཞན་གསུམ་འདྲ་བར་  
 བྱས་བའི་ཆོགས་བཅད་དེའི་དོན། ཁྱོད་ལྷ་མཉམ་པར་མ་བཞག་གིད་པར་  
 བྱི། །རྣམ་གཉིས་མི་མཉམ་པ་མེད་རྣམ་ཆོག་ །ལོག་པར་གྱུར་བ་སྐྱབ་  
 བྱེད་མི་མཉམ་བ། །སྐྱུལ་བཞོད་མཚུངས་བ་མི་དད་རོ་ཆ་མེད། ཅིས་སྐྱེ་བོ་  
 ངན་བ་རོ་ཆ་མེད་བ་ལ་སྐྱས་བ། ཁྱོད་ལྷ་བྱ་སེམས་སྐད་ཅིག་ཅུམ་ཡང་མཉམ་  
 པར་མ་བཞག་བ་གིད་བ་འདིར་ནི་ཆགས་སྤང་རྣམ་གཉིས་མི་མཉམ་ཞིང་།  
 གཞན་ལ་པན་བ་མེད་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བ་འཇམ། མི་བདེན་བ་  
 བསྐྱབ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་ཁ་ཞེ་མི་མཉམ་བ་གཡོ་སྐྱུ་ཅན། དཔེར་ན་སྐྱུལ་  
 གྱི་བཞོད་བ་དང་མཚུངས་བ་རྒྱུད་འབྱོགས་པོ་ཁྱོད་ལ་བདག་ཡིད་མི་ཆེས་ཏེ་  
 མི་དད་དོ། །ཀྱེ་རོ་ཆ་མེད་བ་ཞེས་སོ། །དང་པོ་ཉིད་ཕྱི་མ་གསུམ་ལ་བསྐྱས་བ་

ནི་ལན་གསུམ་བཟུངས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱང་པ་བཞི་ཀ་མཚུངས་པ་ནི། འདིར་  
སྒྲུ་ཉི་ཉོ་ལྷ་ན་མ་རྩ་ཇ་སེན། ཞེས་པ་རྒྱང་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ། བྱི་མ་གསུམ་  
ཡང་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ནི་དཔེ་བཟོད་དོ། ཚིགས་བཅད་དེ་ཡི་རྒྱང་པ་བཞི་ཀ་  
ཚིག་འདྲ་ཡང་དོན་སོ་སོར་གྱུར་པ་བོད་སྐད་དུ་བྱས་ན། དག་ཡི་མཛེས་འཛེམས་  
རྒྱལ་པོའི་སྟེ་ཡིས་བཏུད། ལྷ་ལྷས་ཕན་པ་དཔལ་ལྷ་མེད་མིན་སྟེ། མི་འདུད་  
གོ་བགོས་མཆོད་ཐོབ་རྒྱལ་མེད་པ། སྦྱིས་མཆོག་རྗེ་བོད་མ་པ་མི་མཛེས་མིན། །  
ཞེས་དག་སྟེ་གཞན་པ་ཡི་མཛེས་པ་འཛེམས་པ། གཞན་པའི་རྒྱལ་པོའི་སྟེ་  
ཡིས་བཏུད་པ། ལྷ་ལྷས་ཕན་པར་བྱེད་པའི་དཔལ་གྱི་ལྷ་བ་མེད་པ་མིན་པ་  
སྟེ། ལྷ་དབང་ལྷག་ཆེན་པོའི་མགོན་དང་བཅས་པ་ཞེས་པ་འདི་རྣམས་ལ་རེ་  
རེ་བཞིན་འབོད་ཚིག་རྒྱ་དཔེར་ཡོད་པས་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྐྱུགས་པ་སྟེ། གྱེད་ག་  
ཡི་མཛེས་འཛེམས་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྟེ་ཡིས་བཏུད་པ་སོགས་སོ། །

སྟེ་རྣམས་གཞན་ལ་མི་འདུད་པའི་གོ་བགོས་པ། ཀུན་གྱི་མཆོད་པ་ཐོབ་པ།  
རྒྱལ་ཉེ་ལྷག་བསྐྱེད་མེད་པའི་སྦྱིས་མཆོག་རྗེ་བོད་མ་པ་བྱོད་ནི་མི་མཛེས་མིན་  
ཉེ་མཛེས་སོ་ཞེས་སོ། ཡང་འགྱུར་གཅིག་ལྟར་ན། མི་ཕན་འཛེམས་གསལ་ས་  
རྒྱལ་པོའི་སྟེ་ཡིས་བཏུད། སྦྱིས་མཆོག་ལྷ་ལྷས་ཕན་པའི་དཔལ་ལྷ་བ། མེད་  
མིན་རྗེ་དང་བཅས་པར་གོ་བགོས་པ། མཆོད་ཐོབ་དམ་པ་རྒྱལ་མེད་མི་མཛེས་  
མིན། ཞེས་གྱུང་ངོ་། ཤོད་འགྱུར་ལྟར་ན། དག་ཡི་མཛེས་ཉམས་རྒྱལ་པོའི་  
སྟེ་ཡིས་བཏུད། སྦྱིས་མཆོག་ལྷ་ལྷས་ཕན་རྗེ་དཔལ་མེད་མིན། གོ་བགོས་ལྷ་



སྒྲུབ་བརྟུང་པ་མདའ་འདྲ་སྟེ། །མཚོད་ཐོབ་དམ་པ་རྒྱལ་མེད་མི་མཛེས་མིན། །  
 ཞེས་བསྒྱུར་རོ། །རྟེན་པ་གཅིག་གིས་ཆོག་ས་བཅད་བྱས་པ་འདི་བོད་སྐད་དུ་  
 དཔེར་བྱས་ན། སྒྲུ་མ་བྱེད་མང་དགའ་མཚར་ངོམས། ཞེས་པ་འདི་ལན་བཞིར་  
 བརྫོད་པ་ལ་དོན་མི་འདྲ་བ་འདི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲུ་མ་བྱེད་པས་དགའ་མཚར་  
 མང་བོ་ངོམས། །སྒྲུ་མ་བྱེད་ལ་མང་བོ་དགའ་མཚར་ཆོམ། །སྒྲུ་ཅན་མ་འདི་  
 བྱེད་མང་དགའ་མཚར་སྟོན། །གཡོ་སྒྲུ་མ་བྱེད་མང་བོ་དགའ་མཚར་ཆོམ། །  
 ཞེས་པའི་དོན་སོ་སོར་གོ་རུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཆོག་ས་བཅད་ཀྱི་རྟེན་པ་གཅིག་  
 ལན་གཅིག་དང་། གཉིས་དང་གསུམ་དུ་ཡང་བསྐྱས་པ་སྟེ། རྟེན་པ་གཅིག་  
 བསྐྱས་པའི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་ནས། ཆོག་ས་བཅད་གཅིག་སྒྲུར་ཡང་བསྐྱས་  
 པ་ན་ཆོག་ས་བཅད་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དང་ལྟན་པ་ནི་ཆོག་ས་བཅད་སྒྲུར་  
 ཡང་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་བརྫོད་ན། བི་རྒྱ་ཡ་གོ་ན་སོགས་ཆོག་ས་བཅད་  
 གཅིག་ལན་གཉིས་བརྫོད་པའི་དང་བོ། རྒྱུ་མ་ཁེང་རྒྱས་པའི་ལག་པ་ཅན། །  
 གོགས་མིན་རབ་དུ་འཛོམས་བྱེད་པ། །རྣམ་འདྲེན་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི། །  
 མི་མཚུངས་ས་འདི་འཛིགས་པ་མེད། །ཅིས་རྒྱལ་པོས་གང་གི་དབྱང་བས་དགྲ་  
 འཛོམས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ས་འདི་ནི་གཞན་དང་མི་མཚུངས་པར་སྒྲུ་  
 ལ་འཕང་འཛིགས་པ་མེད་ཅིས་རྒྱལ་པོས་བསྐྱང་བའི་ས་གནས་དེར་འཛིགས་པ་  
 མེད་པའི་དོན་ནོ། །ཡང་གཉིས་པར་བསྐྱས་པའི་དོན་སྒྲུ་མ་ལས། གཞན་དུ།  
 འདྲེན་པ་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །ལག་པ་སྟེགས་ཁང་ཉེར་གྱུར་པ། །རང་གོགས་

གྱིས་བཏང་དག་ཡིས་ནི། མི་མཉམ་པ་འདི་མངོན་པར་བརྟེན། ཅིས་འདྲེན་  
པའམ་མགོན་དང་རང་གི་གོགས་དང་བུལ་བའི་དག་རྣམས་གྱི་ལག་པ་སླེག་  
ཁང་དུ་འཇུག་པ་དང་ཉེ་བར་གྱུར་ལ། སྤར་འཛིན་མཁན་དང་ཕྱིས་འཛིན་  
མཁན་མི་མཉམ་པར་གྱུར་པའི་ས་འདི་མངོན་པར་བརྟེན། ཅིས་དག་རྣམས་  
ས་ཤོར་ལ་ཁད་པའི་དོན་བསྟན་པའོ། ཀླང་པ་བཞི་ཀ་རྣམ་པར་གཅིག་པ་  
གང་ཡིན་པ་ཟུང་ལྡན་ཆེན་པོར་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ་སྤར་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །  
ཟུང་ལྡན་ཆེན་པོ་དེ་ལའང་། ཀླང་པ་བཞི་ཀ་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་མཚུངས་པ་ཅམ་  
དུ་མ་ཟད། ཀླང་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་མཚོད་པའི་ཟུང་ལྡན་རེ་ཡོད་པའི་ཆོག་བསྐྱས་  
པ་ཡོད་པར་མཐོང་སྟེ། དེ་ནི་བཞི་ཀར་བསྐྱས་པ་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བར་མཚོད་  
པའི་ཟུང་ལྡན་གྱི་བྱ་བ་སྤྲོ་མ་ལན་གསུམ་བསྐྱས་པ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནོ། །  
དེ་དཔེར་ན། ས་སྤྲོ་ན་ཡ་ས་སྤྲོ་ན་ཡ། ཞེས་ཀླང་པ་བཞི་ཀར་བཀོད་པ་དེ་ཡི་  
དོན། མཉམ་མེད་དཔལ་ལྡན་མཚུངས་མེད་མ། ཁེངས་ལྡན་ངལ་བ་དག་  
དང་ནི། ཁེངས་པ་མཉམ་ལྡན་ཚུལ་མིན་དག རྟོར་བའི་ཚད་འདིས་འགོགས་  
སུ་ཆུག། ཅིས་པ་འདི་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཆུང་མས་རང་གི་བདག་པོ་ལ་སྤྱིས་པ་  
སྐད་དུ་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་བཤད་ཅིས་ཁམས་འགྲེལ་དུ་གསུངས། དེ་ལྟར་ན་གྱེ་  
མ་མཉམ་མེད་དཔལ་ལྡན་ཞེས་བདག་པོ་ལ་བོས་ནས། སྤྱིས་པ་གཞན་ལ་  
མི་འདུད་པའི་མཚུངས་མེད་མ་བདག་ནི་སྤྱིས་པ་གཞན་ལ་ཁེངས་ལྡན་ཡིན་  
ཏེ། གཞན་ལ་ཆགས་སུ་ཟེན་ཀྱང་འདོད་པས་གཏུང་བའི་ངལ་བ་དག་དང་ནི།

དེ་ལ་མི་འདྲད་པའི་ཁེངས་པ་མཉམ་པར་ལྷན་པ་འབྱུང་བས། རི་ལྷར་ཡང་  
རང་གི་བདག་པོ་མིན་པ་ལ་འགྲོགས་པའི་ཚུལ་མིན་གྱི་བྱ་བ་དག་དོར་བའི་  
ཚད་དུ་སྐྱུར་པ་བདག་གི་རང་ཚུལ་འདིས་ཁྱོད་ལ་ངེས་པར་འགྲོགས་སུ་ཚུགས་  
ཅིས་འཆད་དོ། །ཡང་ན་བྱད་མེད་གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཉམ་པ་མེད་པའི་  
དབལ་དང་ལྷན་པའི་མཚུངས་མེད་མ་ལ་བོས་ནས། ཁེངས་ལྷན་མ་ཁྱོད་ནི་  
སྒྲུབ་པོ་ལ་ཆགས་པས་གདུང་ཞིང་བལ་བ་དང་། དེ་ལ་མི་འདྲད་པའི་ཁེངས་པ་  
མཉམ་དུ་ལྷན་པ་འདི་ཚུལ་མིན་དག་ཡིན་པས། ཁེངས་པ་དེ་དོར་བའི་ཚད་དེས་  
ལགས་པར་འགྲོགས་སུ་ཚུགས་ཅིག་ཅིས་ཆགས་པའིན་དུ་ཁེངས་པ་མི་རིགས་པས་  
ཚུལ་མིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྐད་དུ་ཤོ། །

ལྷ་བ་བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྷན་ནི། མཐའ་ཐོག་སྐྱུར་བ་དང་ཚོད་བ་དང་མ་ཚོད་  
པའི་བྱང་ལྷན་རྣམས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་ནང་དུ་ཅི་རིགས་པར་བསྐྱེས་པ་  
སྟེ། ཀླང་པ་སོ་སོར་འདི་ལྟར། རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་རྩ་  
རྩ་  
བ་ལ་སྐྱེ་ན་ཞེས་པ་འདི་ཀླང་པ་བཞི་ཀ་མཐའ་ཐོག་སྐྱུར་བ་དང་། ཀླང་པ་  
སོ་སོར་ཡང་བར་མ་ཚོད་ཅིང་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་འགའ་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །འདིའི་  
ཆོག་དོན་བོད་སྐད་དུ། འཛིན་མ་ས་ཆེན་པོ་འདི་འཛིན་པའི་ཁྱུ་ལྷག་མ་ཅན་  
གྱི་རྣམ་པ་འཛིན་པ། །འཛིན་མ་ས་གཞི་ལ་སྐྱོད་པ་ས་སྐྱོང་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་  
ལ་རོལ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་མི་དམན་ཞིང་། འཕྲལ་ལ་དགྲ་འཛོམས་པ་ཡི་

ཤུགས་ལྷུང་བ་དང་ལྷན། མཆོད་སྦྱིན་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཏོང་བའི་ཁུར་ནི་བསྟེན་  
བ་ཡིས། ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་དག་ནི་རིམ་བས་ཏེ་ལུགས་བཞིན་བསྐྱང་བར་  
བཟོད་བ་ཡིན་ཞེས། ས་སྦྱོད་ཀྱི་ལག་བ་དག་འཛོམས་གིང་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་  
པའི་ཡོན་ཏན་ཅན་དེས་ས་འཛིན་ཞེས་སོ། །དུག་བ་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྷན་ནི།  
རྒྱུད་བྱེད་དམ་ཆོགས་བཅད་རིལ་པོ་ཡི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། ལུགས་ལས་བསྒྲོག་  
བ་བསྒྲོར་བ་ནི། གཟུགས་མཚུངས་པའི་ཡི་གེ་དུ་མ་ཡོད་པས་བྱང་ལྷན་ཡིན་  
བ་གང་ཞིག་བྱང་ལྷན་ལུགས་ལས་བསྒྲོག་བ་ཞེས་པར་བཤད། དེ་ལ་དང་པོ་  
རྒྱུད་བྱེད་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྷན་ལ། རྒྱུད་བ་དང་པོ་གཉིས་པར་བསྒྲོག་ཅིང་།  
གསུམ་བ་དང་བཞི་པར་བསྒྲོག་བ་དང་། དང་པོ་བཞི་པར་དང་གཉིས་བ་གསུམ་  
པར་བསྒྲོག་པའི་དཔེ་བཅོད་གཉིས་ལས། དང་པོ། ཡུ་མ་དུ་ག་གི་དུ་ཡུ་སྟེ།  
སྟེ་ཡུ་དུ་ག་གི་དུ་མ་ཡུ། ར་མ་རྒྱ་ར་ཀ་ཏ་ཏེ་ཏུ་སྟེ། སྟེ་ཏེ་དུ་ཀ་ར་རྒྱ་མ་ར། འདིའི་  
དོན་དུས་བཏབ་བ་ལས་ཡོལ་བའི་མཛའ་པོ་ལ་ཁྱིམ་པའི་བྱང་མེད་ཀྱི་ཆོག་  
སྟེ། ཁྱོད་དང་འགྲོགས་པའི་བྱ་བ་གང་ལ་འབད་པར་བྱས་ན་ཡང་། ཁྱོད་མ་  
འོངས་བས་བདག་གི་ལུས་སེམས་གདུང་བས་བཅིར་ནས་སྤོ་མོ་ཉིད་དུ་གྱུར་  
བ་དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་ཟིན་པས། ད་མཛའ་པོ་ཁྱོད་འདོད་པ་དོན་གཉེར་  
ཀྱི་རེ་འདོད་མེད་པས་བྱེད་བ་མེད་པའི་ལྷ་སྟེ་ལྷ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་ལྟེར་བཟོ་  
སོགས་དང་འདྲ་བ། སྟེ་ཏེ་ཞེས་བ་བཀུར་སྟེ་དང་མཆོད་ཐོབ་བསྐྱགས་བ་ལ་  
འཇུག་བ་ལས། རྒྱ་བས་འདིར་བྱང་མེད་ཀྱིས་བདག་པོ་ལ་འདོད་པ་དོན་གཉེར་

གྱི་སྒྲུབ་དུ་བསྟོད་བཀུར་བཀྱིས་ཕྱིར་དེ་ལ་བསྟོད་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བོས་ནས།  
 ཁྱོད་སྒྲུབ་དུ་སྒྲུབ་ལྟོག་པས་འགྲོ་བར་གྱུར་ཅིག་འདོད་པ་བཞིན་བྱེད་པ་མིན་  
 ཞེང་། དུས་སུ་མི་འོང་བའི་ཁྱོད་གའི་མིང་ལ། དེ་བར། ཞེས་གྲགས་པའི་ར་  
 ཡིག་ཕྱིས་པའམ། ཡང་ན་དེ་ལ་བདེན་པ་མེད་པ་ཞེས་པའི་མིང་འཇུག་པར་  
 ཟུ་འགྲེལ་ལས་བཤད། འདིར་སྒྲུབ་སྒྲུས་ནས་བྱེད་མེད་ལྟ་ཞེས་བསྒྲུར་བ་འདོད་  
 བ་དུས་སུ་མི་བྱེད་པའི་ལྟ་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་གྱི་བསྟོད་པ་ཐོབ་པ་ཁྱོད་ཅེས་  
 མོ། །གཉིས་པ་རྒྱུ་བ་དང་བོ་རྒྱ་དེ་ནི་མོ་གསལ་ལུགས་ལས་བསྒྲོག་པ་རྒྱུ་  
 བ་བཞི་བ་དང་། གཉིས་པ་ན་མེ་ཀ་མོ་གསལ་ལུགས་ལས་བསྒྲོག་པས་གསུམ་  
 བ་བྱས་པ། དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྲུར་བ། རྒྱ་དང་ལྷན་རང་གི་སྒྲོ་ །ཁྱོས་  
 མིན་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད། །དུལ་བ་འཛོམས་པའི་འདོད་པ་ཡིས། །རང་  
 དབང་གཏུང་བ་དག་ཀྱང་མེད། །ཅིས་བསྒྲོམ་བྱ་ཟབ་པའམ་སྒྲ་བའི་རྣལ་འབྱོར་  
 དང་ལྷན་པ་ཞིག་གིས་སྒྲས་པ་སྐད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། རྒྱ་དེ་སྒྲ་སྒྲ་བ་དང་ཟབ་  
 བ་དང་སྒྲ་མོགས་ལ་འཇུག་པ་ལས། ལུ་སྟེགས་པའི་ཞི་བའི་གཞུང་ལ་གྲགས་  
 པའི་དེ་མོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཞིག་གོ། །དེ་དང་ལྷན་པས་རང་ངམ་བདག་གི་སྒྲོ་  
 བེ་འདོད་པས་ཁྱོས་པ་མིན་པས་ཡུལ་ལ་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད་ཅིང་། ཟུད་  
 དུལ་བ་འཛོམས་པའི་འདོད་པ་ཡིས་རང་དབང་དུ་གཏུང་བ་དག་ཀྱང་མེད་ཅེས་  
 ཟུ་འདོད་པ་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་གཏུང་བ་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །ཚིགས་  
 བཅད་བསྒྲོག་པའི་བྱང་ལྷན་ནི། ཡུ་ན་མུ་ན་ཡུ་མུ་རྒྱ་བི། །ཀ་ཤོ་རྒྱ་ན་རྒྱ་ས་

རྒྱ། །ལྷ་ལྷ་དྲུ་ར་ག་རྒྱ་རྒྱེན། །ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་མ་རྒྱ་དེ་བླ། །ཞེས་པའི་ཆོག་ས་པཅད་  
འདི་ནལ་མ་སྟེ་འདིའི་དོན། ཡིད་འགོ་བདུད་སྒྲིང་ལྷག་མི་དམན། །གང་ཞིག་  
དབང་གྱུར་སྒྲེ་བོ་འཛམ་ས། །གང་ལ་བདག་སོངས་སྒྲེ་བོ་བརྒྱའི། །དབང་  
གྱུར་དེ་ལ་བྱོན་ཅེས་སྒྲུ་ས། །ཞེས་པ་སྟེ། །ལུས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཡིད་དུ་འགོ་  
བའམ་འཇུག་པའི་འདོད་ལྟའི་བདུད་ཀྱི་ཐོན་ལས་སྒྲིང་ཞིང་སྒྲུ་ལ་བའི་ལྷག་  
མི་དམན་པའམ་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་གང་ཞིག་ཀུན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲེ་བོ་  
དམ་པ་དྲང་སྒོར་དང་བམ་ཟེ་དེ་དག་གི་ཡང་ཆོངས་སྒྲིང་འཛམ་ས་པ་གང་ལ་  
བལྟ་བའི་ཕྱིར་བདག་སོང་ནས་སྒྲེ་བོ་བརྒྱའི་དབང་པོའམ་བདག་པོར་གྱུར་པ་  
དེ་ལ་བདག་གིས་འདི་བྱོན་ཅེས་ཐེབ་པར་སྒྲུ་ས་སོ། །ཡང་ན་འཛིག་རྟེན་ན་  
ཆེ་བའི་སྒྲེ་བོ་བརྒྱའི་དབང་དུ་གྱུར་བས་པལ་པ་དག་གིས་བརྟེན་བྱར་མ་གྱུར་  
པའི་མཛེས་མ་དེ་ལ་བདག་གིས་འདིར་བྱོན་ཅེས་བདག་གིས་ཐོས་པར་གྱུར་  
ཏོ་ཞེས་གྱང་འཆད། རྣལ་མའི་ཆོག་ས་པཅད་དེ་ལྷག་ས་ལས་པ་སྒྲོག་པ་ནི། ལྷ་  
དེ་རྣམ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། བ་རྒྱེ་ཏ་ག་ར་དྲུ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ས་རྣམ་རྣམ་ཤོ་ཀ་ བི་རྣམ་  
ལྷ་རྣམ་ལྷ་ལྷ། དེ་བོད་སྐད་དུ། རྟོན་འདི་ཡིས་ནི་གཟིར་གྱུར་ཅིང་། །རྟོན་མི་  
ཤེས་མ་དེ་ཡིས་ནི། །ཉིན་མོའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་མིན། །ལྷ་རན་འབྲལ་སྤྲད་  
ཁེངས་མ་བྱེད། །ཅིས་སྟོན་གྱི་ཆོད་པ་འདི་ཡིས་གཟིར་བར་གྱུར་ཅིང་། རྟོན་  
ལ་བག་ཐེབས་ནས་འདུག་པར་མི་ཤེས་པའི་གཞོན་རྒྱ་མ་དེ་ཡིས་ནི་ཆོད་པས་  
གཟིར་བ་ཉིན་མོའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་པ་མིན་ལ། །བྱོད་དབྲལ་བའི་ལྷ་རན་དང་

འབྲེལ་པའི་སྒྲུབ་དུ་ཁེངས་པར་མ་བྱེད་ཅིག་ ཅེས་དང་། ཁེངས་མི་བྱེད་ཅེས་  
 གྲུང་སྒྲུབ་། ཡང་ཚད་པས་མྱོས་ནས་སྒྲུབ་ལ་འདུག་པའང་མི་ཤེས་པ་ཞེས་དང་།  
 བྱུང་ན་དང་འབྲེལ་སྒྲུབ་སོགས་ཚིག་ཟུར་མི་འདྲ་བ་དུ་མར་བཤད་པའང་སྒྲུབ་།  
 ཨུ་ས་ན་སྒྲུབ་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་གྲུང་འདིར་དམིགས་པས་ལ་ལ་འདུག་པ་རྒྱ་  
 འབྲེལ་ལས་བཤད་ཅེས་གྲུང་གསུངས་སོ། །སྐབས་འདིར་ཚིགས་བཅད་བརྒྱུག་  
 པའི་དཔེ་བཅུད་བཀོད་པ། རྒྱལ་པོ་བཟང་སྤྱད་ལའོར་མང་དཔུང་། རྩོམས་  
 ཆེསྟོད་ཁྲིམས་མཐས་རབ། རྩེ་ལ་ལེགས་དབྱ་འབྲེལ་རྣམས་འབངས། བདེ་  
 བས་སྦྱོང་མཉམ་སའི་ལྷ། ཞེས་དང་། དེ་བརྒྱུག་ན། ལྷ་ཡི་ས་མཉམ་སྦྱོང་བས་  
 བདེ། འབངས་རྣམས་འབྲེལ་དབྱ་ལེགས་ལ་རྩེ། རབ་མཐས་ཁྲིམས་དྲང་  
 སྟོ་ཆེསྟོབས། དཔུང་མང་ལའོར་སྤྱད་བཟང་པོ་རྒྱལ། ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་  
 ཟུང་ལྷན་དེ་ཡི་ཆར་གཏོགས་བྱ་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་གི་དཔེ་བཅུད་བསྒྲུབ་པ་ལ།  
 བ་ལང་གཅིན་སོགས་ཀྱི་དཔེ་བཅུད་དང་དབྱེད་སོགས་དེས་པ་གཉིས། དང་  
 པོ་ལ་བ་ལང་གཅིན་དང་། ཟུང་ལའོར། ཀུན་ལའོར་གསུམ་ལས། དང་པོ། གལ་  
 ཏེ་ཚིགས་བཅད་ཟུང་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་མི་འདྲ་བ་གཅིག་གིས་བར་ཚོད་པ་ལས་  
 གཞན་རྣམས་གཟུགས་གཅིག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་ནི་བྱ་དཀའི་དེ་ཉིད་རིག་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བ་ལང་གཅིན་ཞེས་སྒྲུབ་ཉིད་པེར་བཅུད་ན་ཞེས་སོ། །འདིར་བ་ལང་  
 འགོ་བཞིན་པའི་གཅིན་བཏང་བ་ལར་འཁྱོག་ཚུར་ཁྱོག་གི་རྣམ་པར་གནས་པ་  
 དཔེར་བྱས་ནས་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པའོ། །དེའི་དཔེ་བཅུད་ནི། མ་དཀོ་མ་དི་

གུན་མཁུན་མི་ལམ་རྒྱ་མཆོའི་གཞུང་འབུམ།

རྒྱ་ལྷོ་ཁ། མ་བརྒྱལ་ཇ་ཡི་ད་ཡི། མ་དེ་ལོ་ཡ་དེ་ཏཱ་ལྷི་ཏཱ་ལྷ་ཡམ་ན་ལྷ་ཡི་ཇ་ཡི་  
དེ། ཞེས་པའི་ཚིགས་པཅད་འདི་ཡིས་ཕྱེད་སྡེ་མའི་འོག་ཏུ་བྱི་མ་པགོད་ན་ཡ་  
ན་མས་གཟུགས་གཅིག་ལ་ཆུ་མས་མི་གཅིག་ཅིང་གོང་འོག་པལ་ཚུན་འབྲུག་འཕྲི  
ལ་བཞུགས་པའི་ཆེ། དཔེ་འཕྲི་འདི་ས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

अ	न	अ	अ	न	न	अ	न
अ	न	अ	अ	न	न	अ	न

ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ
ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ

ཆེགས་བཅད་དེ་བོད་རྒྱ་དུ། ཆང་འདྲའི་མིག་ལྟ་རྒྱར་མིག་གིས། །མཚོན་  
གྱིས་འདོད་པ་འདིར་རྒྱལ་ཏེ། །གལ་ཏེ་བདག་གྲང་ཕྱིག་ཟད་ན། །འདོད་པ་  
ལ་ནི་ཐལ་མོ་སྟོར། །ཞིས་ཆང་གིས་མྱོས་པ་འདྲ་བར་ཟེམ་བྱར་ལྟ་བའི་མིག་  
ལྟ་མའི་རྒྱར་མིག་གི་མཚོན་གྱིས་འདོད་པ་འདི་འགོ་བ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་  
གྱུར་ཏེ། །གལ་ཏེ་བདག་གྲང་འདོད་པ་ཁྱོད་གྱི་མཐུས་མཛེས་མ་དང་འགོག་པ་  
ཐོབ་ནས་ཆགས་པའི་གདུང་བའམ་ཕྱིག་པ་ཟད་པར་གྱུར་ན་འདོད་པ་ཁྱོད་ལ་  
དགའ་བའི་ཐལ་མོ་སྟོར་རོ། །ཞིས་སོ། །ས་བཅད་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལྟ་  
དུ་བརྟན་པ། །གལ་ཏེ་ཆེགས་བཅད་ལྟ་བྱིའི་བྱེད་ཡས་དང་མས་ནས་འཁོར་ན་



བྱེད་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་བྱུང་བ་རྫོང་ཅིང་། གལ་ཏེ་བྱེད་དུ་མ་ཟད་ཆོག་ས་བཅད་གྱི་  
 ཐོག་མཐའ་ལྔ་ཀ་རུ་འཁོར་བ་ན་ལྔ་ཀ་རུ་བཟང་པོ་ཞེས་པར་འདོད་དེ། དང་པོ་བྱེད་  
 འཁོར་གྱི་དཔེ་ནི། མཐོ་རྩ་བ་ཏ་བུ་ལྷོ་ཀློ། ཁོ་ད་ཡ་ཡ་ན་ལྷོ་ནི་ལྷོ། ལྷོ་ཡུང་མེ་ཡུ་  
 ལྷོ་ལྷོ་བྲ། བ་ཡ་མེ་ལོ་མ་ཡུ་ན་ཏེ། འདི་ཡང་དཔེ་འཕྲིན་ལས་འཁོག་ས་པར་བྱ་སྟེ།

ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ
ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ
ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ
ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ	ॐ

འདི་ལྟར་ཚིག་ས་བཅད་ཀྱི་སྤྱད་སྡེ་མ་བཞི་པོ་རིམ་བཞིན་སྟེང་ནས་མར་འཁོར་  
 ཞིང་། སྤྱད་སྤྱི་མ་བཞི་པོ་མས་ནས་ཡར་རིམ་བཞིན་སྟེང་དུ་འཁོར་བས་སྤྱད་  
 འཁོར་ཞེས་སོ། ཚིག་ས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ། མ་དུང་ཡིད་བྱུང་ཁྱོད་དར་  
 ཟྱུར། སྒྲི་ནི་ཁེངས་ལྡན་མ་ཡིན་མིན། །ཡང་ན་ཚད་དཔག་མེད་ནད་ཀྱི།  
 འཛིག་ས་ལས་བདག་ཅག་སྒྲིག་པའི་དངོས། །ཞེས་པ་འདི་གོ་བདེ་ལ་འགྱུར་  
 སྡེ་མ་རྩུང་འབྲུག་ས་སོ། །སྤྱུ་ལའང་མ་དུང་བའམ་སྤྱི་དབང་དུ་མ་གྱུར་བ་  
 འདོད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོབས་སམ་གྲིང་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་ཟྱུར། སྤེའམ་དབང་ནི་  
 ཁེངས་ལྡན་མ་འདི་མ་ཡིན་མིན་ཞེས་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ཁེངས་པས་འགྲོག་ས་  
 སྤྱུ་མ་བདུབ་པས་ཚད་དཔག་དུ་མེད་པའི་ཆག་ས་ག་དུང་གི་ནད་ཀྱི་འཛིག་ས་

ཀུན་མཁྱེན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

པ་ཆེན་པོ་ལས་ནི་བདག་ཅག་སྤྲིག་པའི་དངོས་པོ་སྟེ་སྐལ་པ་ངན་ནོ། །འདིར་ན་  
མ་ཞེས་འདུད་པ་དེའི་སྟོན་དགག་པའི་ཨ་སྦྱར་བས་མ་རྟུན་པ་འམ། ཡང་ན་ཨ་  
ནི་བྱུང་འཇུག་སྟེ། སྐར་ནང་འོད་ལྡན་ཟླ་བ་ཡིན། །འི་པོའི་ནང་ནང་རི་རབ། །  
ང་ནི་ཡི་གེའི་ནང་ན་ཨ། །ཞེས་བཤད་པས་དེ་ལ་རྟུན་པ་འདོད་ལྟ་སྟེ། འདོད་  
ལྟས་བྱུང་འཇུག་ལ་བརྟུན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྱི་ལོ་ལ་པ་ལ་ཡོད་ཅིས་ཀྱང་བཤད།  
ཀུན་འཁོར་གྱི་ཆོག་ས་བཅད་ནི། སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ། །སྤྲ་རྩ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་  
སྤྲ། །སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ། །སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ་སྤྲ། །ཞེས་པ་འདི་ཡིན་ཏེ་ཆོག་  
རྒྱུ་གི་སྟེང་སྤྲ་མ་ལུགས་འབྱུང་དེ་ཉིད་སྟེང་སྟེ་མར་ལུགས་ལས་བསྐྱོག་པ་  
ཅན་ནོ། །འདི་ནི་རྒྱུ་པའི་སྟེང་ལ་འཁོར་བར་མ་ཟད་སྤྲ་སྤྲ་གཉིས་ཀའི་སྟེང་  
འོག་ནས་གཉིས་ཀ་ལ་འཁོར་བར་བ་དཔེ་འཁྱེད་ལས་འཁྱེད་གས་པར་བྱ་སྟེ།

༡སྤྲ་	༡སྤྲ་	༡སྤྲ་	༤སྤྲ་	༡སྤྲ་	༡སྤྲ་	༡སྤྲ་	༤སྤྲ་
༡སྤྲ་	རྩ་	རྩ་	སྤྲ་	སྤྲ་	རྩ་	རྩ་	༡སྤྲ་
༡སྤྲ་	རྩ་	སྤྲ་	རྩ་	རྩ་	སྤྲ་	རྩ་	༡སྤྲ་
༤སྤྲ་	སྤྲ་	རྩ་	སྤྲ་	སྤྲ་	རྩ་	སྤྲ་	༡སྤྲ་

ཟུར་གྱི་གར་འགྲིག་ཅིག་འོང་ཡང་ཞར་བྱུང་དུ་ཐོན་པ་ལས་ཆེད་བྱས་མིན་ལ།  
དབྱངས་ཨ་འིང་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་ཡང་ཀུན་འཁོར་ཡིན་ཆོད་ལ་དེ་སྤྲ་དགོས་  
པ་མིན་ཡང་། ཀུན་འཁོར་བྱ་དགའ་པའི་སྟེང་དུ་དབྱངས་གཅིག་ཏུ་དེས་པ་འང་  
བྱ་དགའ་པས་འདི་སྤྲ་སྤྲ་ལ་མཆོན་པར་འཇུག་རོ། །འདིར་བསྟན་པའི་ཀུན་

འཁོར་ནི་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གི་འཁོར་ལུགས་ཡིན་ལ། བོད་དུ་དེ་ལས་འབྲོས་  
 ཏེ་ཀུན་བཟང་འཁོར་ལོ་ཞེས་ཚིགས་བཅད་དུ་མ་ཅན་འཁོར་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་  
 སྒྲ་ཚིགས་རང་སྒྲོས་སྒྲོས་པ་གིན་ཏུ་མང་ངོ་། ཀུན་ཏུ་འཁོར་བའམ་ཀུན་ཏུ་  
 བཟང་པོ་ཞེས་པའི་ཚིགས་བཅད་དེ་བོད་སྐད་དུ། བད་རིང་མིན་པའི་དགའ་  
 མགའ་། བདུད་རྒྱུ་མ་ལུང་བཟོད་བཟོག་མ། སྒྲ་མེད་སྟོབས་ལྡན་སྒྲུ་གནས་  
 ཏེ། ཁྱེད་དང་ལྟན་ཅིག་འཆི་སྤྱད་དུ་ལོ། ཞེས་པ་འདིའི་དོན་ཆགས་གདུང་གི་  
 བད་རིང་དུ་ལྡན་པ་མིན་པའི་དགའ་མ་ཆགས་པ་ཚུང་དུར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་  
 པ་འདི་འདོད་ལྟའི་བདུད་གྱི་རྒྱུ་མ་ལུང་བས་སྒྲིས་པས་དེའི་གན་དུ་བཟོད་  
 པ་སྒྲོག་པར་བྱེད་མ། འབྲིག་པའི་གཏམ་གྱི་སྒྲ་མེད་པ་དེ་ཡང་ཆོ་མཛེས་པའི་  
 སྟོབས་དང་ལྡན་ཞིང་མཛེས་ཆོས་ཀྱིས་ཡིད་འབྲེག་པའི་སྒྲུ་ཐབས་དུ་མའི་གནས་  
 སྒྲུ་རྒྱུར་བ་ཅན་ཏེ། འདི་ནི་རྒྱ་བ་ཤར་བ་དང་ལྟན་ཅིག་ཆགས་ལྡན་དག་འཆི་  
 བའི་སྤྱད་དུ་གནས་པ་ལོ། །

ཀུན་འཁོར་འདི་བོད་སྐད་དུ་དབེར་བཟོད་པ། དཔལ་རྒྱས་སྟན་གྲགས་གྲགས་  
 སྟན་རྒྱས་དཔལ། རྒྱས་ལ་རབ་གསལ་གསལ་རབ་ལ་རྒྱས། སྟན་རབ་ས་  
 གང་གང་ས་རབ་སྟན། གྲགས་གསལ་གང་གྲགས་གྲགས་གང་གསལ་  
 གྲགས། ཞེས་པ་སྟེ་འདིའི་དོན་སྒྲེ་པོ་བྱུང་འཕགས་ཁྱོད་ནི་སྒྲོ་གྲོས་དང་གཟི་  
 བཟོད་འཕྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་དཔལ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྟན་གྲགས་དང་ལྡན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་གྲགས་སྟན་རྒྱས་པ་ལས་སྤྱར་ཡང་སྒྲེ་པོའི་ཚིགས་ཆེན་པོས་བཀུར་

ཁིང་མཆོད་པའི་དཔལ་འཕེལ་ཁིང་རྒྱས་ལ་ཉི་མ་བཞིན་དུ་འཛིག་རྟེན་འདིར་  
རབ་རྟུགས་ལ་ལོ། །དེར་ཡང་ཉམས་པ་མེད་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
བའི་ཚུལ་དུ་གསལ་བ་རབ་ལ་སོན་པ་ཉིད་དུ་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
ཁྱོད་ཀྱི་སྟན་པ་གང་ཞིག་གཞན་ལ་རབ་དང་ལུས་དུ་གྱུར་པའི་གྲགས་པས་ས་  
ཆེན་པོའི་སྟེང་ངམ། ས་གསུམ་ཀྱི་ཁྱོན་ཡོངས་སུ་བྱབ་པའམ་ཡོངས་སུ་གང་  
བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། གང་ཞིག་ས་ཆེན་པོ་འདི་ནི་རབ་རྟུགས་པའི་གྲགས་པས་  
གསལ་བར་རྒྱས་པ་གང་དེ་ནི་རེས་འགའ་ཙམ་མིན་པར་སྟེ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པས་ན། དེ་འདྲའི་གྲགས་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པ་གང་ཁྱོད་  
ཀྱི་མིང་སྟེ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་བར་རབ་རྟུགས་ལ་བར་གྲགས་ཏེ། དཔེར་  
ན་འཛམ་གླིང་གི་མི་རྣམས་ལ་འབྲུག་གི་སྐྱབ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དོན་ལ་སྟོ་  
གཞོལ་བའི་སྟོ་གསལ་སྟེ་པོའི་ཆོགས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་མིང་སྟོན་ཅིང་ངོ་མཆར་  
བའི་སྟོ་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་བསྐྱགས་པ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བར་གིས་བརྟེན་པ་ཕྱི་  
མཐའི་བར་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གྲགས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཉམས་ཀྱིས་  
བསྐྱགས་པའོ། །ཞེས་སོ།།

གཉིས་པ་དབྱངས་སོགས་ངེས་པ་ནི། ཨ་སོགས་དབྱངས་དང་། མགིན་པ་  
སོགས་ཀྱི་སྟེ་གནས་དང་། གསལ་བྱེད་ཀ་སོགས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ངེས་པ་  
ཅན་དུ་བྱས་པ་འདི་བྱ་དཀའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་ལ། དེ་ཡང་བཞི་དང་གསུམ་  
ལ་སོགས་པར་ངེས་པར་རབ་རྟུགས་པ་འདི་ཉིད་བྱ་དཀའ་བརྟེན་གྱི། གཞན་

དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ལྔ་པ་ཡན་ཆད་ནི་བྱ་སྒྲུབ་པ་དག་ཏུ་འདོད་དོ། །དེའི་  
 དཔེ་བརྗོད་ལ། དབྱངས་ངེས་པ། སྒྲེ་གནས་ངེས་པ། གསལ་བྱེད་ངེས་པ་  
 གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་དང་པོ། དབྱངས་བཞིར་ངེས་པ་ནི་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་དུ།  
 ཀླང་པ་དང་པོའི་སློག་གི་ཡི་གེ་ཨུ་རིང་པོ་འབའ་ཞིག་དང་། གཉིས་པ་ཨུ་རིང་།  
 གསུམ་པ་ཨོ། བཞི་པ་ཨོ་ཁོ་ནར་བྱས་པ་ཡོད་པ། དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་  
 བའི་ཚིགས་བཅད་ཀྱི་དོན་ནི། རིག་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་མཐར་སྒྲས་པའི་ཚིག་ཆགས་  
 པ་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཅན་དག་སྒྲུབ་པོས་སྒྱུར་སྒྲངས་པ་དེ་ནི་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་  
 སྒྲུ་ཡིན་པ་དེ་དང་། ཡམས་ཀྱི་ནད་གཉིས་ནི་བག་ཡོད་པ་དག་འཛིགས་པར་  
 བྱ་བའི་གནས་ཡིན་ཡང་། དེ་མི་ཤེས་པར་དེ་ལ་དགའ་བ་ཡིས་ལོངས་སྤྱོད་  
 པ་རྣམས་ལ་དེ་དང་བྲལ་ཆེ་ཡིད་མི་དགའ་བའི་ནད་དང་། དེ་ཉན་པའི་ཆེད་གའ་  
 བའམ་སྤེད་པ་སྐྱེ་བ་དང་། དེའི་དབང་གིས་སྒྲུག་བསྐྲལ་ལ་བདེ་བར་འཛིན་  
 པའི་ཚྲོངས་པའང་འབྱུང་བས་ན། དེ་དང་དུ་མི་ལེན་པར་བསོད་ནམས་དགོ་  
 བའི་ཡུལ་དུ་སེམས་འདོད་པའམ་འདུན་པས་ལེགས་པར་བྱུངས་ཤིག་ཅེས་སོ། །  
 དབྱངས་ཨོ་ཨུ་ཨུ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་སྐད་དུ་ཀླང་པ་དང་པོ་ཨོ་ལུན་འབའ་  
 ཞིག་གཉིས་པ་ཨོ། གསུམ་པ་ཨུ། བཞི་པ་དེ་གསུམ་འདྲེས་པར་བྱས་པའི་  
 ཚིགས་བཅད་དེའི་དོན། ས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་དགའ་ཞིང་། སྤང་དོར་མཚོག་ཏུ་རྟོགས་པ། ཀྱུ་རུ་པས་  
 ཞེས་པ་སྒྲུ་རན་གྱི་རྒྱལ་པོའོ། །དེས་གསལ་དུ་རང་གི་སྒྲུ་ཡི་རིགས་རྣམས་ནི་

འབྲོས་སྤྱུང་མི་སྟེར་བར་ཆེ་བར་བཀག་ཅིང་། ལྷི་བར་ཞེས་ཤུགས་ཆེ་བར་  
འདར་བར་བྱས་སོ་ཞེས། འདི་སྐྱུ་བམེད་གི་བྱ་ལྡན་དང་གཡུལ་འབྱེད་མཁའ་  
དེ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དཔལ་ཞིང་གཡུལ་གྱི་བྱ་བ་ལ་མཁས་པར་བསྟགས་  
པའོ་ཞེས་བཤད་པའང་སྟེན་། དབྱངས་ཨྱེ་ཨེ་གཉིས་སྤྱེད་པའི། སྤྱི་དྲི་སྤྱི་  
དྲི་གྲི་དྲི། སྤྱི་དྲི་དྲི་གྲི་དྲི་སྤྱི་དྲི་སྤྱི་ ཨེ་དྲི་དྲི་དྲི་དྲི་ ཡེ་ཅི་མེ་དྲི་བེ་ཤ། འདི་བོད་  
རྒྱ་ད་དུ། དཔལ་གཟི་རོ་ཆོ་གས་དང་། ཁྲོ་ལུགས་ཆོག་དང་དགའ་དག།  
ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་གཉིས་གང་། འདི་གཉིས་ལྟ་དབང་ལ་མེད། ཁྱུ་ལ་པོ་ཁྱོད་  
ལ་དཔལ་དང་གཟི་བརྗིད་སོགས་གཉིས་གཉིས་ཟུང་དུ་འཕེལ་བ་འདི་འདྲ་  
ལྟ་དབང་ལ་ཡང་མེད་ཅེས་བསྟགས་པའོ། དབྱངས་ཨྱེ་གཅིག་རྩ་དེས་པའི།  
ཤོང་གི་ཀུན་འཁོར་གྱི་ཆོགས་བཅད་དེ་ཉིད་སྤྱར་ཡང་འདིར་བཀོད་པའོ། །  
ཆོགས་བཅད་དེ་ཉིད་དབྱངས་བཞིའམ་གསུམ་གཉིས་གཅིག་རྩ་དེས་པ་འདི་  
ཉིད་བོད་རྒྱ་ད་དུ་འདྲ་བྱ་དཀའ་བ་ཆེན་པོ་མེད་པས་བོད་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་  
སྤྱུང་མང་དུ་བྱུང་ངོ་། དེ་ནས་སྐྱེ་གནས་དེས་པ་བཤད་པ་ལ། སྤྱིར་ཡི་གེ་  
ཐམས་ཅད་སྐྱེ་གནས་ལུས་བསྟན་ཏེ། ཨ་ཀུ་ཏ་ཏ་ཀུ་ནམ་མཁའི་ཁམས་མགིན་  
པའི་གནས་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་སོགས་སྤྱུ་བཤད་པ་ལྟར། ཨི་ཙྰ་ཡ་ཤ་རྒྱན་།  
རི་རྩ་ར་ཤ་སྤྱི་བོ། ཨུ་བུ་ཤ་ཐ་མཆུ། ལི་རྩ་ལ་ས་སོ་ཡི་སྐྱེ་གནས་ཅན་ནོ། །ཀྱུ་  
ཞེས་པ་ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་མཆོན་པ་ལྟར་གཞན་མ་བཞི་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
ས་སྤྱི་མགིན་རྒྱན་གྱི་གནས་བཞིར་དེས་པ་འདིའི་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱད་ལ་

4 9 1

མཚན་རིམ་གྱི་ཞེས་པ། མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་ཉི་མའི་མཚན་པའི་རིམ་ལྔ་པ་འདི་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་  
 གྲགས་པ་འགྲོ་བའོ། །དབང་འཁྲུགས་ལྡན་མ་ཆགས་ཞེས་པ་མིག་འཁྲུགས་  
 བོར་ལྟ་བ་དང་ལྡན་པའི་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་མ་ཆགས་པའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་བསྐྱབས་ནས། འཁྲུག་སློག་གསུང་ལྡན་ཆུང་འཇུག་ཅིས་པ། འཁྲུག་  
 བོར་འཇུག་ཅིང་སློག་པ་ཡི་གསུང་ཆུང་འཇུག་པར་གྱིས་དང་། སྤྱི་གྲུ་མོག་  
 འཛམས་པ་མཐོ་རིས་འགྲོ། ཞེས་པ། སྤྱི་གྲུ་མོག་ལྟ་བུ་ནག་པ་རྣམས་  
 འཛམས་པ་ཉིད་ཏུ་སྦྱར་ཏེ་མཐོ་རིས་ལྟའི་གནས་སུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་སོ། །དེ་ནས་གསལ་བྱེད་ངེས་པ་ལ། ར་ག་ཀ་མའི་ཡི་གེ་བཞིར་ངེས་པ་  
 འི། རེ་རེ་རེ་རུ་རུ་རུ་རུ་སྟེ། བུ་གོ་གོ་ཉི་ལྔ་ག་གོ་ཉི་ལྔ་ག་གུ་ ཀི་རྟེ་ཀུ་ཀུ་ཀུ་ཀུ་  
 ཀུ་ཀོ་ བུ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ་མུ་ འདི་བོད་སྐད་ཏུ། གྱེ་གྱེ་ཞེས་པ་འབོད་པ་སྟེ་  
 རྒྱ་གར་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱན་གཤོག་སོགས་ལ་འབོད་པ་ལ་རེ་རེ་ཞེས་འབོད་  
 པར་བཤད། རྒྱ་སློག་རུ་རུའི་བྱད་ཞེས། ཡང་ཡང་རྒྱ་སློག་པ་རི་དྲགས་རུ་  
 རུ་སྟེ་ཁ་གཤའི་བྱད་འཛམས་སྤྱི་གྲུ་མོག་པ་རི་རི་ཆར་འགྲོ་ཞེས་པ་ཁ་གཤའི་བྱད་མེད་  
 པའམ་འཛམས་པའི་སྤྱི་གྲུ་མོག་པ་རི་པ་ཞེས་མིང་ཐོག་པ་ཞིག་སྟེ་པ་རི་འི་རྩོད་  
 པའི་མིང་རོ། །ཁ་ཅིག་ཁྱིམ་གནས་རྣམ་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་བཞིན་རྩོད་པས་  
 ལོངས་སྤྱོད་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རི་དྲགས་རྣམས་ཡིན་པས་རི་ཞེས་སྒྲ་བསྐྱས་ཟེར་ཡང་  
 མི་ལོགས་པ་འདྲའོ། །རི་ཡི་ཆར་རི་དྲགས་འཛོལ་ཏུ་འགྲོ་བ་ཁྱོད། ར་ཅན་  
 མ་འོང་བདག་གི་བ། བྱ་མོག་ལྟའི་སྒྲ་བསྐྱར་ཅི། ཞེས་པ་ར་ཅན་ཏེ་བའི་





ཆང་གིས་སྤྱོས་པའི་རོལ་དགའ་བ་དང་ལྡན་པ། ལག་ན་ཐོང་གཤོལ་འཛིན་པས་  
གཤོལ་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་འཇུག་གི་ཕུ་བོ་སྟོབས་བཟང་དེ་ནི་ཆུ་བྱ་བ་ཞད་ཀྱི་  
སྒྲ་དང་ལྡན་པའི་མཚོ་རུ་བྱས་བྱེད་པ་ལ་སོང་ཞེས་སོ། །ན་ཡིག་གཅིག་ཏུ་  
ངེས་པ་ནི། ལུ་ན་ལུ་རྒྱ་ནི་ལུ་ནི་ན། །ལུ་ན་ནི་ལུ་ན་ལུ་ནི་ན་མུ་ན་ལུ་ན་ལུ་  
ནི། །ལུ་ནི་ལུ་ན་ལུ་ནི་ལུ་ནི་ནུ་ འདི་བོད་སྐད་དུ། འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་  
ཀྱི་བཞིན། །བཞིན་གྱིས་ངེས་པར་མ་བཅོམ་མིན། །བདག་སྟོག་མི་དམན་འདི་  
དང་སྟོར། །རྗེ་བོ་སྟོས་མིན་སྟོག་ཅན་ངེས་ཞེས་པ། དག་ལྷ་བཟོད་དཀའ་  
བ་འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་མདངས། འདི་ཡིས་བཞིན་གྱིས་  
ངེས་པར་ནི་མ་བཅོམ་མིན་ཏེ་བཅོམ་པས་འདིའི་བཞིན་ལ་བལྟ་དཀའ་ཞིང་།  
བདག་ཅག་གི་སྟོག་དབང་སྟོབས་མི་དམན་པ་འདི་དང་སྟོར་བར་བྱེད་པ། ཀྱི་  
མ་བདག་ཅག་གི་རྗེ་བོ་ནི་སྟོས་བྱ་དམ་པ་མིན་ཏེ་སྟོག་ཅན་དུ་ངེས་སོ། །ཞེས་  
པའོ། །བ་ལང་གཅིན་ནས་འདིའི་བར་ཐམས་ཅད་གཙོ་ཆེར་ཀུན་ཏུ་བྱུང་ལྡན་  
ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་སྟེ་ཡང་ཡང་བསྐྱས་པ་མང་བས་སོ། །གསལ་བྱེད་ཡི་གེ་  
གཅིག་གིས་ཚིགས་བཅད་ཚུམ་པ་འདི་བོད་སྐད་དུ་བྱ་དཀའ་བ་ཡིན་ལ། བོད་སྐད་  
མ་དག་གིས་འདིའི་དབེ་བརྗོད་དུ་མིང་གཞི་ཙམ་ཞིག་གསལ་བྱེད་གཅིག་ཡིན་  
ལ་འཕུལ་འཇུག་སོགས་ཡི་གེ་གཞན་འདྲེས་པ་ལས་ཡི་གེ་གཅིག་ཁོ་ནས་  
བརྒྱུམས་པའི་དབེ་མ་མཐོང་བས་འདིར་འདིའི་དབེ་བཞོད་པ། རི་རི་རི་རི་  
ར་རོ་རོ་རི། །རི་རོ་རི་རི་རི་རི་རི། །རི་རི་རི་རུ་རོ་རི། །ར་རོ་རི་རི་ར་རི་

རེ། །འདིར་རི་ཞེས་པ་རི་དངོས་པོ། དེ་རྗེས་ཀྱི་རི་ནི་བདུན་གྱི་མིང་སྟེ། གཟའ་  
 གླིང་ཐུབ་རི་དང་སྒོང་བདུན་ཞེས་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་རོ་སྒྲུབ་ལྷོ་  
 སྒྲུབ་ལའང་གེས་པར་བྱ་ཞིང་། རེ་རེ་ནི་སོ་སོ་བའི་དོན་དང་། རེ་བ་ནི་ཆགས་  
 པའི་དོན་དང་། ར་རོ་བ་རྒྱ་དེས་མྱོས་པའམ་སྒོངས་པར་བྱས་པའི་དོན་དང་།  
 ར་རི་ནི་ནག་པོ་ར་རི་ཟེར་བ་ལྟར་དྲི་མའམ་སྒྲོན་དུ་དོན་གྱིས་གོ་བར་བྱས་ནས་  
 འདི་སྐད་དུ། རི་བདུན་སོ་སོར་རོ་དུག་རེ། །རོ་དུག་གཅིག་ལའང་འདོད་མཁན་  
 རེ། །འདོད་ཅན་རེ་རེར་མྱོས་པ་རེ། །མྱོས་པ་རེ་ལ་སྒྲོན་རེ་ཡོད། །ཅས་པའི་  
 དོན་ཏེ། རི་བདུན་བསིལ་རི་སོགས་ནང་གི་རི་དུག་དང་ཕྱིའི་ལྷགས་རི་ལ་  
 གྲགས་མོད་ཀྱི། །སྐབས་འདིར་ནང་གི་རི་དུག་དང་རི་རབ་ལྷན་པོ་དང་བདུན་  
 བོ། །དེ་རེ་རེའི་གནས་སྤངས་རོ་དུག་ཡོད་པ་ནི་མངར་རྒྱར་སོགས་རོ་དུག་  
 དངོས་ལ་ཡང་གོ་རུང་ལ། ཡང་ན་འདོད་ཡོན་དུག་གི་རོའོ། །རོ་དུག་པོའི་  
 གང་རུང་གཅིག་ལའང་རེ་མཁན་ནམ་འདོད་མཁན་ཡོད་དེ། །ཁ་ཅིག་མངར་  
 བ་ལ་དགའ། །ཁ་ཅིག་ཁ་བ་ལ་དགའ་བའམ། །ཁ་ཅིག་གཟུགས་ལ་ལྟག་བར་  
 ཆགས་པ་སོགས་མདོར་ན་རོ་དུག་ལ་ཆགས་མཁན་ཡོད་ཅེས་སོ། །རེ་རེ་རེ་  
 རུ། ཞེས་པའི་རེ་རེ་ནི་སོ་སོ་བའི་དོན་ཡིན་ལ། རེ་ཞེས་པ་རེ་འདོད་དོ། །རུ་  
 ཞེས་པ་གནས་གཞིའི་དོན་ཅན་བདུན་པའོ། །ར་རོ་རེ། ཞེས་པ་རོ་དུག་གང་ལ་  
 ཆགས་ཀྱང་གནས་སྐབས་དེ་ན་དེས་ཡིད་འཕྲིང་བའམ་མྱོས་སོ། །ར་རོའམ་  
 མྱོས་པ་རེ་རེ་ཡང་ར་རི་ལྟ་བུའི་སྒྲོན་གྱི་བག་ཆགས་སེམས་ལ་བགོ་བའི་ཉེས་

པ་ཡོད་དེ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ཡན་ཆད་གྱིས་ཟུང་ལྡན་གྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་  
པའི་བྱ་སྒྲ་བ་དང་དགའ་བའི་རིམ་པའི་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་བསྟན་ཟིན་ནས་  
གཤམ་ཆོག་བསྟན་པར་བཞེད་པས། དེ་ལྟར་བྱ་དགའི་ལམ་ལ་ཡང་། དཔེ་ཡི་  
རིམ་པ་རྩུང་ཟེད་ཀུན་ཏུ་བསྟན། ད་ནི། གཤམ་ཆོག་དག་གི་རྣམ་པ་ཡི། །ལྷགས་  
ཀྱང་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་གཤམ་ཆོག་བཤད་པ་ལ། དེ་ཡི་དགོས་པ་བསྟན་པ་དང་། གཤམ་ཆོག་  
དངོས་གྱི་དཔེ་བརྗོད་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ། ཟེད་མེའི་བྱ་བ་རྩོམ་པའི་  
མདུན་སར་བཞད་གད་གྱི་དོན་དང་། གཤམ་ཆོག་དེ་ཤེས་མཁན་གཞན་ལ་  
ཆོགས་སུ་གསང་བའི་དོན་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་དང་། གཤམ་ཆོག་མི་ཤེས་པའི་པ་རྩོམ་  
པོ་དག་ཆོག་དེའི་དོན་ལ་ཀུན་ཏུ་མྱོངས་པར་བྱེད་པ་ལ། གཤམ་ཆོག་དག་ནི་ཉེར་  
མཁོ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །འགྲེལ་བ་གཞན་ན་གཤམ་ཆོག་ཅས་པ་སྟོན་སྒྲ་ཅོག་  
སོགས་གྱི་དུས་སུ་བད་རྟེན་ལ། སྒྲ་སྒྲའམ་མེའུ་ཞེས་སུ་བསྒྱུར། སྒྲུང་མེའུ་  
བོན་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་གཅིག་ཡིན། ད་ལྟ་མེའམ་རྒྱགས་པའམ་བསྒྲུལ་  
བར་ཡང་གྲགས་ཞེས་བཤད་དེ། སྒྲུང་བ་པལ་བ་དག་གི་ཁ་མཚར་གྱི་ཆོག་  
གཤམ་ཆོག་དང་ཆ་འདྲ་བ་ནི། དཔེར་ན། མེད་ན་ཐབས་ཆག་ཡོད་ན་རེག་མི་  
སོད་པ་ཅི་ཡིན། དེ་བཞིན་གངས་གྱི་སྒྲོ་ནས། གཅིག་མེད་ན་བྱ་ཐབས་ཆག་  
གསུམ་ཡོད་ན་བྱ་ཐབས་ཆག་ཅས་དང་། འདྲ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཅ་རྒྱན་སྒྲུང་བོའི་  
ཅེ་མོ་ནས། གཡུ་འབྲུག་སྒྲོན་མོ་འབྲུག་འགོས་བྱེད་ཅི་ཡིན་དྲིས་པ་ལ། གཞན་

པ་དེས་རིམ་བཞིན་མི་དང་པོ་མོ་དག་ལ་མཁུར་སྒྱུད་ཆོ་མི་གཞན་ཡོད་ན་མི་སྒྱུད་  
པ་དང་། སྒྲོས་རིང་གི་དུ་བ་ནམས་ལ་ཟེར་བ་ཤེས་ན་དོན་སྟེང་དུ་ཁེལ་བས་  
ཁེད་པ་དང་། མ་ཤེས་ན་མ་ཁེད་པས་སྒྲུགས་འཛོར་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲོས་བརྟགས་ཀྱི་  
འདུ་བཞག་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱི་ཆོག་བརྟོན་པ་ལ་ཡུལ་སོ་སོའི་སྐད་ཀྱིས་མིང་འདོགས་  
བ་ཅུམ་ལས་དོན་གཞན་ཅི་མི་སྟངས་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཤམ་ཆོག་བརྟུ་དུག་གི་དོ་བོ་བརྟན་པ་འཕམ་མཚན་ཉིད་བརྟན་པ་  
དང་། དཔེར་བརྟོན་གཉིས་ལས། དང་པོ། ལེགས་སྒྱུར་ལྟར་ན་སྒྲུབ་ཏེང་  
སོགས་དང་། བོད་སྐད་ལྟར་ན་ཆོག་པུད་ཀྱི་ཡི་གེ་སོགས་ཆོག་སྒྲུ་མཚན་ས་  
སྒྱུར་ནས་དོན་གཞན་དུ་གོ་བ་ཤས་ཆེ་བས་བརྟོན་དོན་གཤམ་པ་འཕམ་སྒྲས་པ་  
ནི་ཀུན་ཏུ་ཆོགས་པའི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་པར་བརྟོན་དེ། ཆོག་སྒྲུ་ཀུན་ཏུ་ཆོགས་  
པས་ཆོག་གི་དོན་གཞན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞིག་གོ། གཉིས་པ་གཤམ་བྱ་དང་གཤམ་  
བྱེད་མིང་གི་སྒྲུ་མཚན་པ་ལས། གཞན་གཤམ་བྱེད་དེ་ལ་ཡོངས་སྒྲུ་གྲགས་པ་  
ཤས་ཆེ་བའི་སྒྲུ་དག་གིས་གཅིག་ཤོས་གཤམ་བྱའི་མིང་དུ་གྲགས་ཆུང་པ་ལ་མི་  
གོ་བར་ངག་གང་དུ་གཤམ་ཆུའི་དངོས་དོན་ལ་བསྒྲུབ་ནི་སྒྲུ་བྱེད་ཅེས་བྱའོ། །  
གསུམ་པ་ངག་གི་སྒྱུར་བ་གོ་རིམ་གིན་ཏུ་འབྲུགས་པ་ཡིས་དོན་རྟོགས་པ་ལ་  
ཆོངས་པར་བྱེད་པ་ནི་རིམ་པ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཤམ་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་  
དོ། ཁེལ་བ་སྒྱུར་བ་གང་ལ་བརྟོན་དོན་གཤམ་བྱ་དེར་སྒྲུར་ཡོངས་སྒྲུ་གྲགས་  
བྱུང་དོན་ལ་དེ་ལྟར་བརྟོན་ན་འདུག་ཏུ་རུང་བ་ཅུམ་གྱི་མིང་ག་སྒྲག་སྒྱུར་བ་

བརྟགས་ན་དེར་འཇུག་རུང་བའི་ངེས་ཚིག་ཡོད་ཅམ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་མི་གོ་  
བར་བདེ་བླག་ཏུ་དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་ཡི་ཚིག་གི་ཁྲེང་བ་དེ་ནི་རབ་བཙུམ་ཞེས་  
བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་པ་བརྟེན་བྱ་དངོས་མ་སྒྲིམ་པར། དེ་དང་ཚུལ་འདྲ་བའི་དངོས་  
པོ་གཞན་ལ་དེར་བརྟགས་པའི་དོན་བཀོད་པའི་ཚིག་དག་གིས་དེ་གཉིས་  
བསྐྱེད་པས་བ་དག་ནི་མཐུན་པའི་གཞུགས་ཅན་གྱི་གཤམ་ཚིག་གོ། །དུག་པ་བརྟེན་  
སྟོན་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་སྟེན་དང་རྣམ་དབྱེ་སྒྱུར་རྩེ་ལ་སྟགས་གྱི་མཚན་  
ཉིད་ཡོད་ཅམ་མམ། དེར་བཤད་དུ་རུང་ཅམ་གྱིས་ངེས་ཚིག་དང་ལྟན་པའི་  
ཚིག་སྒྱུར་བ་ནི་རྩལ་མོ་ཞེས་ནན་གྱིས་བརྟགས་དགོས་པའོ། །

བདུན་པ་གང་དུ་བརྟེན་བྱའི་གངས་ཅམ་བརྟེན་པས་ཉིད་གྱིས་གངས་ཅན་  
དངོས་གྱི་བརྟེན་དོན་ལ་ཀུན་ཏུ་སྟོངས་པར་བྱེད་པ་གངས་ཉིད་གྱི་གཤམ་ཚིག་  
ཅས་བྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བརྟེན་པ་གང་དུ་གཤམ་པར་བྱ་བ་དེ་ཉིད་  
དེ་དང་མཚུངས་པའི་ངག་དོན་ནམ། ངག་སྟོར་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲུབ་བ་  
དག་ཏུ་བྱས་པ་དེ་ནི་རབ་བརྟགས་གྱི་གཤམ་ཚིག་ཉིད་དོ། །དགུ་པ་གང་དུ་གཤམ་  
བྱ་དེའི་མིང་དངོས་སུ་མ་བརྟེན་པར་དེའི་མིང་གཅིག་ལ་སྒྲ་ཚིགས་པའི་དོན་  
གཞན་དང་གཞན་གྱི་མིང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བརྟགས་པར་གྱུར་བ་བསྐྱེད་པས་  
ཐད་ཀར་བལྟས་ན་མིང་དུ་མ་བརྟེན་པ་ཅམ་ལས་གཤམ་བྱ་དངོས་སུ་མི་གསལ་  
ཡང་། ལེགས་པར་བརྟགས་ན་གཤམ་བྱའི་མིང་བསྟན་ཡོད་པའི་ངག་དེ་ནི་མིང་  
དུ་མ་འདུས་པ་ཉིད་དོ། །བཅུ་པ་རྟེན་བྱེད་གྱི་ཚིག་དེ་ནི་གཤམ་བྱ་དང་གཤམ་བྱེད་

གཉིས་ཀ་ཚོས་མཚུངས་ལ་རེག་པར་གྱུར་ཅིང་། དེ་ལས་གང་བྱེད་ལ་གོ་བ་  
གསལ་ཞིང་ཉི་པར་གྱུར་པས་དོན་གཞན་གང་བྱ་བ་སྤྲིབས་པ་བསྤྲིབས་པའི་  
གང་ཚིག་གོ །

བརྩ་གཅིག་པ་བསྤྲིབ་བྱའི་དངོས་མིང་མ་སྒྲོམ་པར། དེའི་མིང་གི་ཡི་གེ་སྟ་  
སྟོར་ཕྱལ་བའམ། རིལ་པོ་འང་རུང་སྟེ་དོན་གྱི་མིང་གི་ནུས་གངས་ཀྱི་སྒྲུ་ནི་  
བཀོད་པ་ཡིས། མིང་དེ་བསྒྲུབ་པ་མཐུན་པའི་སྒྲུ་ཡི་གང་ཚིག་གོ །བརྩ་གཉིས་  
པ་གང་ཞིག་བརྗོད་བྱ་དེ་དག་གིས་མདོན་སྒྲུབ་དུ་དོན་བཅུན་པ་ན་ཡང་། དག་  
དེས་སྒྲུར་ཡང་མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན་རྒྱ་རྒྱ་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གང་  
ཚིག་གོ །བརྩ་གསུམ་པ་དག་གང་ལ་ཚིག་སྒྲུ་བྱེད་མེད་པར་སྒྲུར་བ་མང་པོ་བརྒྱུད་  
པའི་སྒྲོ་ནས་བཅུན་བྱའི་དོན་བརྗོད་པ་ཐེང་བ་ལྟ་བུར་འབྲེལ་བ་ཡི་བདག་  
ཉིད་ཅན་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པའི་གང་ཚིག་ཅས་བྱ་སྟེ། རིལ་འབྲེལ་བྱས་  
ན་དོན་གོ་ཡང་དེ་ལྟར་མི་གོ་ནས་བརྗོད་བྱ་གང་ཡིན་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །བརྩ་བཞི་པ་གང་དུ་རྟེན་ལུས་ལྟ་བུ་མ་བརྗོད་པར་སྒྲས་ཏེ། བརྟེན་  
པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུ་དངོས་སུ་གསལ་བ་ནི་གཅིག་བསྤྲིབས་པ་ཡི་གང་ཚིག་ཅས་  
བྱའོ། །བཙུ་ལྟ་བུ་གང་དུ་རྟེན་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀ་སྒྲས་པར་གྱུར་བ་དེ་ནི་གཉིས་  
ཀ་བསྤྲིབས་པའོ། །བརྩ་དུག་པ་དག་གང་ལ་རི་སྐད་བཤད་པའི་གང་ཚིག་  
དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲ་ཚོགས་འདྲེས་པར་བྱས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པ་  
ཞེས་བྱའོ། །འདི་དག་ནི་གང་ཚིག་གི་ནུས་པ་བརྩ་དུག་སྟེ། སྟོན་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་

ནུམས་ཀྱིས་བསྟན་པའོ། །འདི་ལས་གཞན་དུ་གཤམ་ཆོག་ངན་པ་གཞན་དག་  
ཀྱང་བཅུ་བཞི་ཅུ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་དེ་དག་ནུམས་ཀྱིས་བརྗོད་མོད། ངན་པ་དེ་དག་  
ལ་གཤམ་ཆོག་ཡང་དག་ཏུ་རུང་བའི་མཚན་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་པས། གང་དེ་ལྟ་  
བུའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པའི་སྟོན་གྱི་གཤམ་ཆོག་གི་གངས་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་  
བགྲང་བར་བྱ་བ་མིན་པར་རིག་ནས་སྟོབ་དཔོན་སྣ་མའི་རྗེས་སུ་སྐྱར་ཡང་  
དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་གཤམ་ཆོག་ལགས་པ་གཤམ་ཆོག་གི་མཚན་ཉིད་ཡོད་  
པ་བཅུ་དུག་པོ་འདི་ཁོ་ན་དཔེ་ཡི་སྟོན་ནས་བརྗོད་པར་བྱ་ན་ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
རྗོད་བྱེད་གྱི་ཆོག་དེ་སྐྱོད་དང་དོན་གྱི་སྟོན་གང་ནས་ཀྱང་མཚན་ཉིད་མི་ལྟན་པའི་  
སྐྱོབ་པ་ངན་པ་ལགས་པར་བདག་སྐྱོད་དོན་མི་གོ་བ་དུ་མ་ཡོད་མོད། དེ་ལྟར་  
པོས་བརྗོད་པ་མི་ཤེས་པའི་དག་སྟོར་བའི་སྟོན་ཡིན་པས་གཤམ་ཆོག་ཏུ་བགྲང་  
བྱ་མིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་གཤམ་ཆོག་གི་དཔེ་བརྗོད་ལ་བཅུ་དུག་ཡོད་པའི། དང་པོ་ཀུན་ཏུ་  
ཆོག་ས་པའི་གཤམ་ཆོག་གི་དཔེ་བརྗོད་ནི། བདག་གིས་པ་ལང་རོ་སེམས་ཀྱིས།  
ཤེས་པ་མེད་ལ་ཅི་སྤྲད་ཏོ། །གནས་མིན་ནམ་དོན་མེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཡིས་ནི།  
ཅི་བྱེད་ཀུན་ཏུ་མིག་དམར་མ། ཞེས་པ་འདིར་བདག་གི་སྤྲད་དོད་ཨ་སྤྲད་ལ་  
དུག་པའི་ངས་བྱིན་པས་མེ་ཞེས་གྲུབ་པ། དེའི་ཕ་རོལ་ཏུ་གནོད་པའི་སྤྲད་དོད།  
ཨགས་བཞག་ མེའི་ཨེ་ཨ་ཡ་རུ་བསྐྱར་ནས་མཚམས་སྦྱར། དེའི་རྗེས་སུ་  
ས་རོའི་སྤྲད་དོད་བཞག་ རྣམ་བཅད་ཨུར་བསྐྱར། ཨ་ཨུ་ཨོར་སོང་། གོང་དུ་



དགག་ཚིག་ནུ་ཞེས་པའི་ན་བཞག་པས། ན་མ་ཡུ་གོ་ར་ས་ཞེས་གྲུབ་པ་འདི་ནི་  
གཤམ་བྱེད་དེ། ཅིའི་བྱིར་ན། ཡས་སྒྲུབ་ཀྱི་ད་བཞག་ ཡས་སྒྲུབ་མ་རུ་བསྒྲུབ། འ་སྒྲུབ།  
ཨ་ཅ་ལ་འོས་མ་བསྒྲུབ་བ་ལ་ད་ཡ། དེ་ལྟའི་ཨ་ལ་དྲངས་པས་མ་ཡ། ཞེས་  
གྲུབ་པ་བདག་གིས་ཞེས་གྲུབ་ནས། གོ་བ་ལང་། ར་ས་རོ་ཡིན་པས་བདག་  
གིས་བ་ལང་རོ་མེམས་ཀྱི་ཞེས་སྒྲུབ་གོ་ནས་གཤམ་བྱེད་མི་གསལ་བའོ། གཤམ་བྱེད་  
དངོས་དོན་བདག་གིས་གཞོད་པའི་རོ་སྟེ་ཉམས་ཅམ་ཡང་དྲན་པའམ་གཤམ་  
བ་མེད་བ་ལ་ཅི་སྒྲུབ་ཁྱོད་ཞིང་དུས་ནས་མིག་དམར་པོར་གྱུར་ཅེས་པའི་དོན་  
ནོ། །འདི་ལ་བོད་སྐད་ལྟར་ན། བྱིས་ཀྱི་མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་ནི། ཀྱུན་གྱི་སྒྲི་  
བོར་འཁོར་བ་ཡིན། །དེ་དུས་ན་ཆུང་མ་སྒྲེས་ལ། །རང་རང་གི་ནི་གནས་སྒྲུ་  
འགོ། ཞེས་པ་འདིར་བྱིས་ཀྱི་མེ་ཞེས་ཡར་བཅད། དེ་དུས་ན་ཞེས་ཡར་བཅད་  
ན་ཉི་མ་གར་ཆེ་ཆུང་མ་དང་སྒྲེས་ལྟ་ཉལ་པོ་བྱས་པ་ལས་ལངས་ནས་རང་གནས་  
སྒྲུ་འགོ་ཞེས་པ་ཡིན་ཡང་ཚིག་མཚམས་སྒྱུར་བས་དེ་ལ་མི་གོ་བའོ། །སྒྲུར་  
ཡང་དེའི་དཔེ་བརྗོད་གཞན་ནི། འདུལ་འཛིན་ཞིབ་མོའི་ཀྱན་སྦྱོད་ཅན། གྲུ་  
ནོམས་ཟས་སྤངས་དབེན་པར་སྒྱ། །དེ་ན་ཆོད་མ་རྟིང་པ་དག །བདག་གིར་  
བཞེས་པའི་རྣམ་ཐར་མངོས། ཞེས་པའི་དེ་སྒྲུ་ཡང་གོང་དུ་བཅད་ན་དངོས་  
དོན་གོ་བ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུ་བྱེད་ཀྱི་གཤམ་ཚིག་ནི། ཀྱུ་བ་ཕྱེན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། དགའ་བ་རི་  
ལྟར་འཕེལ་གྱུར་པ། །འཆི་མེད་སྤྱོད་མོར་ཅོ་འདི་མ། །མི་མོར་སྦྱོད་པས་དེ་ལྟར་

མིན། །ཞེས། ཀུཊ་ཀུཊ་ཞེས་པའི་ཡུལ་གྱི་སྤང་མེད་ནམས་མཚོག་ཏུ་བཟང་  
བར་གྲགས་པའི་ཡུལ་དེའི་སུ་མོ་བསྟན་པའི་དགའ་བ་ལྟ་ཡི་སུ་མོ་བསྟན་པའི་  
དགའ་བར་ཅོ་འདྲི་ཡི་མི་མོ་གཞན་སྟོང་པས་དེ་ལྟར་མིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་  
ཡང་། དེ་འདྲའི་ཀུཊ་གྲགས་ཆུང་ལ། ཀུཊ་རྒྱུར་མོར་གྲགས་པ་གས་ཆེ་བས།  
རྒྱུར་མོ་བསྟན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞེས་པར་གོ་བའོ། །འདི་ལ་བོད་སྐད་ལྟར་ན། ཅ་  
ཆུང་མཚན་མ་བཟང་པོ་ལས། །བསྐྱང་པའི་མཚལ་གྱི་ཆ་དག་ལས། རྩུང་  
ཟད་མང་པའི་ག་སུར་དག །བསྐྱེས་ནས་སྐྱེས་སུའི་གཟུགས་ཀྱིས་ཤིག །  
ཅེས་པ་འདི་མཚན་མ་སྤང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་གནས། མཚལ་མངལ་ཁྲག་ག་སུར་སྐྱེས་  
པའི་སྤང་བ་བསྐྱེས་ནས་སུ་ཁྱོས་ཤིག་ཅེས་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། ཡོངས་གྲགས་  
མཚན་བཟང་མ་ལས་མཚལ་བསྐྱངས་ཏེ་ག་སུར་དང་བསྐྱེས་ནས་སྐྱེས་སུའི་  
གཟུགས་བརྟན་བྱེད་པར་གོའོ། །ལྷ་མཚན་ལས་སྤང་མང་ན་སུ་སྤང་བ་  
ཡིན་པས་རྩུང་ཟད་མང་པའི་ཞེས་སོ། །སྐྱར་ཡང་དེའི་དཔེ་གཞན་བརྗོད་པ།  
སུར་སྐྱིག་གོས་འཆང་བཅུན་པ་འདིས། སྐྱི་བོའི་རྒྱན་གྱུར་ལྷ་བ་ཡང་། །ས་  
ལ་འབེབས་པར་བྱེད་པ་འདི། །འོས་མིན་ནན་གྱིས་རྩོམ་ལ་ལྟོས། །ཞེས་ལྷ་  
བའི་དངོས་དང་སྐྱི་བོའི་རྟ་གི་རང་བཞིན་སྤང་བ་གཉིས་ཀར་གོ་སྤང་ཡང་ལྷ་བ་  
རང་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པས་གཅིག་གོས་བསྐྱིབས་པའོ། །གསུམ་པ་རིམ་པ་  
བྲལ་པའི་གཤམ་ཆིག་ནི། ཡུ་བར་འོ་བྱེད་པད་ཅན་གྱི། །ངང་པ་ཆེར་མ་རྩུབ་  
མོ་ཅན། །བཞིན་ལ་སྐྱ་སྟན་སྟོག་བྱེད་ཅིང་། །ལུས་ནི་འདར་བར་བྱེད་ཅིང་།

མཆུས། །ཞེས་པ་འདི་ངང་པ་གང་གི་བཞིན་ནམ། །ཁ་ལས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲོག་པར་  
 བྱེད་ཅིང་། །ལུས་ནི་འདར་བར་བྱེད་ཅིང་མཆུས། །པདྨ་ཅན་གྱི་ཡུ་བ་ཆོར་མ་  
 རྩུབ་མོ་ཅན་ལ་འོ་བྱེད། །ཅེས་པའི་དོན་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །འདི་ལྟར་གོ་རིམ་  
 དཀྱུགས་ཏེ་བརྗོད་པ་རྒྱ་སྐད་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ལྟར་རོ། །འདི་འདྲེ་དཔེ་བརྗོད་  
 གསལ་བས་འདི་ཁོ་ནས་འབྲུས་མོད་གྱི། །ཉམས་མཚར་དུ་སྒྲུབ་ཡང་དཔེ་  
 བརྗོད་གཉིས་བྱས་པ། །ཅི་དགའ་མི་འདོད་ལུས་བཟང་མ། །འབྲལ་བ་ལྟན་  
 ཅིག་ཡང་དང་ཡང་། །མི་ཚོགས་གནས་པར་བདག་གིས་མིན། །འདོད་དེ་གཞན་  
 ལ་དེ་འདྲ་བ། །ཞེས་ལུས་བཟང་མ་འབྲལ་བར་མི་འདོད། །གཞན་ལ་དེ་འདྲ་  
 བ་མིན། །ལྟན་ཅིག་ཅི་དགའ་ཡང་ཡང་མི་ཚོགས་པར་གནས་པ་བདག་གིས་  
 འདོད་དེ། །ཞེས་པ་གོ་རིམ་དཀྱུགས་པས་དོན་དངོས་མི་གོ་བའོ། །སྒྲུབ་ཡང་།  
 །ལྟན་ཅིག་གཞོན་ནུ་མ་དང་གཞན་པ་ཡིས། །སློ་འཕྲོག་འདོད་པས་འབྲུ་ལ་  
 དོགས་མེད་འདི། །ཅི་དགའ་བྱེད་པ་ཚོགས་གྱི་དབྱུས་སུ་ན། །དཔེན་པར་ཅི་  
 བདེར་སྒྱུད་པ་སྒྲོས་ཅི་འཚལ། །ཞེས་པའི་གཞོན་ནུ་མ་དང་ལྟན་ཅིག་གོང་འོག་  
 བརྒྱ། །སློ་ཕྲོགས་དང་འདོད་པ་གོང་འོག་བརྒྱ། །གཞན་པ་ཡིས་འབྲུ་ལ་དོགས་  
 མེད་འདི། །ཚོགས་གྱི་དབྱུས་སུ་ཅི་དགའ་བྱེད་པ་ན། །ཞེས་སྒྲུབ་ན་དངོས་དོན་  
 གསལ་ལོ། །བཞི་པ་རབ་བཙུམ་གྱི་གཤམ་ཚིག་ནི། །ལུ་མོ་མཛེས་མ་ཁྱེད་རྒྱུ་  
 བར། །རྒྱུ་གཤམ་རྒྱས་པ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲོག། །མཛོན་སུམ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་པ་འདིར། །  
 བདག་གི་སྒོག་ནི་བརྟན་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་འདི་རྒྱ་སྐད་ལ་གོ་དགའ་བར་ཡོད་

ཀྱང་བོད་རྣམས་དེའི་ཚུལ་ཞིག་ནས་གཤམ་བྱ་དངོས་སུ་གསལ་བར་སོང་བ་  
ཡིན་ཞིང་། འདིའི་དབེ་གོང་གི་མགྲིན་པའི་སྐྱེ་གནས་གཅིག་ཤུར་ངེས་པའི་  
ཆོག་ས་བཅད། ལྷ་ལྷ་མི་སྒྲོག་མཁའ་འགོས་མཆོན། རི་འགོ་དབང་མཆོག་  
སོགས་ཀྱི་ཆོག་ས་བཅད་དེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞེས་དབང་ལོས་གསུངས་པ་དེ་ཁོ་ན་  
ལྷ་ར་ངེས། དེ་ཡང་རབ་བཙུམ་གྱི་གཤམ་ཆོག་འདིའི་རྒྱ་རྣམས་དུ། ཀུའ་ལ་བོང་  
སེ་བྱིན་པས་ཀྱ་ནི་ཞེས་པ་གྱེ་བུ་མོ་མཛེས་མ་སོགས་སྒྲ་དེ་རྣམས་འཇུག་བཏུབ་  
ཅོམ་ལས་ཡོངས་གསལ་མིན་ལ། ཀྱ་ལ་ཡོངས་གསལ་དུས་ཡིན་ཡང་འདིར་  
རྒྱ་ར་བ། ཅན་རྒྱ་ར་འདིར་མཛེས་སམ་ཡིད་འོང། ལྷ་རེ་ཁ་ཡང་རྒྱ་ར་འཛིན་  
པའི་དོན་ལ་ཡིན་ཆེན་དུ་བྱིན་པ་ལྷ་ར་སྣང་ཡང་། ལྷ་རི་བརྟན་པའི་དོན་ལ་  
ཁ་ཡིག་གིས་དགག་པ་ཡིན་པ་གོ་དགའ་ཞིང་། ལྷ་ཏ་ཏ་ལ་རྒྱ་ར་གཤམ་བྱེལ་  
ཚུང་ཅན་ལ་འཇུག་པ་ཡང་ཡོངས་སུ་མི་གསལ་བས་རྒྱ་རྣམས་ལ་དེ་ལྷ་ར་དོན་  
མི་གསལ་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །བོད་རྣམས་ལྷ་ར་ན་གསལ་ཞིང་གོ་སྒྲ་མོད། གཤམ་  
དོན་དངོས་སུ་གསལ་བར་སོང་ངོ་། །འདི་ལ་དབེར་བརྗོད་བྱས་ན། གཤམ་  
སྒྱུད་ངང་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས། རིག་ལ་རིང་བར་མ་གྱུར་ཅིང་། མཆོན་དུས་  
བརྩམས་ཀྱང་ཚུམ་མེད་པའི། བྱ་བ་ལ་ནི་འདི་མང་བྱས། གཤམ་བའི་སྒྱུད་  
པ་བྱེད་བཞིན་པ་ན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ཀྱིས་རིག་པ་འཇུག་པ་ལ་རིང་  
བར་མ་གྱུར་ཅེས་བྱ་བ་སྣ་ཆོག་ས་ལ་ཡོངས་དུས་ཀྱང་ཁྱོད་དན་ཞེས་པའོ། །  
མཆོན་དུས་ལས་སྣ་ཆོག་ས་བརྩམས་བར་སྣང་ཡང་དོན་དུ་ཚུམ་པ་མེད་པ་ནི་

མི་ལམ་མོ། མི་ལམ་གྱི་བྱ་བ་ན་ཡང་ཁྱོད་དང་འབྲུད་པ་སོགས་ལན་མང་བྱས་  
ཞེས་སོ། སྒྲིབ་ཡང་བརྟེན་པ། མཐོང་ལ་དབང་བ་དཀར་མིན་འདབ་ཡངས་  
པའི། ཁང་ཚུལ་ཅན་དེས་སྒྲོང་བ་དངས་ནས་སྟ། ཡིན་ཏུ་ཡུན་སྤང་ལོངས་  
སྟོད་དུས་ཀྱི་གཏམ། བྱོགས་མཐར་ཡུན་རིང་བརྟེན་པའི་ཚུལ་ལ་ལྟོས། །  
ཞེས་པ་མཐོང་ལ་དབང་བ་མིག་ནག་དཀར་མིན་པོའོ། སྒྲོང་བ་ནི་དགེ་སྒྲོང་སྟེ་  
རྟེན་འཁྲུངས་སྒྲོང་བ་དང་དོན་གཅིག་གོ། ཡུན་སྤང་པའི་ལོངས་སྟོད་འབྲིག་པའི་  
གཏམ། བྱོགས་སྟག་ཞན་གྱིས་དུས་རིང་མའི་བར་དུ་བརྟེན་པའོ། །

ལྷ་པ་མཐུན་གཟུགས་ཀྱི་གཤམ་མིག་ནི། སྒྲིབ་བསྐྱུས་བརྟེན་དང་ཚུལ་འདྲ་སྟེ།  
དེའི་དཔེ་བརྟེན་གཞུང་ལས། གང་གི་ཡལ་འདབ་ཡལ་འདབ་ལ། མེ་ཏོག་  
སྐྱུ་པའི་དོག་པ་ཅན། འབྲི་ཤིང་ཡལ་འདབ་ལྷ་པ་ནི། སྒྲིབ་མོས་ཚལ་འདིར་  
བདག་གིས་མཐོང་། ཞེས་པ་སྒྲིབ་ཚལ་དུ་མཛེས་མ་མཐོང་བ་འབྲི་ཤིང་གི་  
ནུམ་བས་བརྟེན་པ། བྱད་མེད་ཀྱི་ལག་པ་ཡལ་ག་ མོར་མོ་འདབ་མ། མེན་  
མོ་མེ་ཏོག་ཏུ་བྱས་ཏེ་བརྟེན་པའོ། གང་གི་ལག་པའི་ཡལ་འདབ་དང་རྒྱང་  
པའི་ཡལ་འདབ་ལས། མེ་ཏོག་མདངས་སྐྱུ་པའི་དོག་པ་ཅན་གྱི་འབྲི་ཤིང་  
ཡལ་ག་ཡི་འདབ་མ་ལྷ་པ་ཅན་འདི་ནི་སྒྲིབ་ཚལ་འདིར་མཐོང་ཞེས་སོ། འདི་  
སྒྲིབ་བསྐྱུས་བརྟེན་དང་འདྲ་ཡང་གཤམ་པའི་ལྟོག་ཆན་སྐྱུ་པའི་མཚོན་ཏུ་བྱུང་ངོ་། །  
འདིར། ཡལ་ག་བཞི་པའི་ལྟོན་བཟང་ལས། མེ་ཏོག་བཞད་པའི་བླེལ་འཇུ་  
དཀར། བྱད་བ་ནུམ་གྱིས་ཕྱེན་པའི་གནས། བདག་གི་མིག་ལ་མཛོན་སྐྱུ་

ལྟར། ཅེས་ཡན་ལག་བཞི་ལྟན་གདོང་མཛེས་སོ་བྱེད་དགར་བའི་མཛེས་མ་  
 ཆགས་ལྟན་རྣམས་ཀྱིས་ཅེན་གནས་དེ་མཐོང་། ཞེས་དང་། ཡང་། བསྐྱར་  
 མཛོན་ཕྱོགས་དབྱིད་ཀྱི་བྱང་བ་འདི། རྣམ་པར་འཕྲུལ་ཁིང་ཕྱོགས་རྣམས་  
 ཀུན་ཏུ་རྒྱ། སྤྱང་ཅིས་ངོམས་པར་མ་གྱུར་དེ་སྤྱད་དུ། རྟོག་པ་མེད་པར་སྤྱེད་  
 མོས་ཚལ་དུ་འཕྱུག། ཞེས་འདོད་ལྟན་བྱང་མེད་ཚོལ་བར་འཕྱུག་པ་བརྟོན་  
 པའོ། སྤྱག་པ་རྩུབ་མེད་གཤམ་ཆོག་ནི། སི་རྟའི་འགྱུར་བཅོས་ཅན་ལས། ཆང་  
 མ་རྣམས་ནི་ཆང་ཁང་དུ། རྩོམ་ཡི་འོད་ཀྱིས་ཅི་དགར་འབྱུམས། ཏེ་ནི་ཕྱོས་  
 བར་བྱས་དེ་རྣམས། ཆང་གི་རྩིང་བྱར་བྱིང་བ་བཞིན། ཞེས་པ་འདིར་ཆོག་  
 ཀྱང་དང་པོའི་སྟུ་རྩུ་དང་། བཞི་པའི་སོར་གཉིས་སྒྲ་བསྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་དབང་  
 གིས་ཡིན་ཏེ། སྟུ་རྩུ་ཆང་གི་མིང་ལ་དེ་བྱེད་པོའི་དོན་ཁྱེཙ་བྱིན། ཡིཐུན་བཞིན་དུ་  
 ཡུ་ཕྱིས་ནས་སྒྱུར་བས་སྟུ་ར། དེ་ལ་སྒྲར་ཡང་བྱེད་པོའི་ཨཙ། དེ་ལ་ཇས་བྱིན་  
 བས་སྟུ་རྩུ་ ཆང་མ་ཞེས་དང་། སྟུ་རྩུ་ལ་དེ་ཕན་ཨན་སྒྱུར་བས་སོར་ཞེས་པ་  
 ཆང་གིས་ཕྱོས་པ་ལ་འཇུག་པས། ཆང་གིས་ཕྱོས་པ་བརྟོན་པ་ཡིན་ལ། སྟུ་  
 རྩུ་འོ་སྒྲ་ལྟ་དང་བཅུད་ལའང་འཇུག་པས། འགྱུར་སྟུ་མ་དག་ཏུ། ལྟ་རྣམས་  
 ལྟ་ཡི་ཁང་པ་སྟུ། རྩོམ་ཡི་འོད་ཀྱིས་དལ་བྱར་རྒྱ། ཁྱི་བཟང་རྩིང་བྱར་ཕྱོས་  
 བྱས་པ། ཏེ་རྣམས་དེ་ནི་ཆན་མོ་བཞིན། ཞེས་འབྱུང་། དེ་བཞིན་གཞན་དུ།  
 བཅུད་ལྟན་བཅུད་ཀྱི་ཁང་པ་སྟུ། རྩོམ་ཡི་འོད་ཀྱིས་རང་དབང་དུ། བཅུད་ལྟན་  
 རྩིང་བྱར་ཕྱོས་བྱས་པ། ཏེ་རྣམས་དེ་ནི་བྱིང་བ་བཞིན། ཞེས་པར་ཡང་གོ་

རུང་ལ། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་གྱི་དེ་ལ་གོ་ནས། གཤམ་བྱ་བ་སྒྲིབ་  
 བ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། མཛུ། བྱིང་བའམ་ཀུན་མོ་ལ་ཡང་འཇུག་ བྱིང་བའི་  
 དོན་ཕྱོས་ཏེ་གོ་མ་ཚུགས་འཁྱོལ་བ་ས་ལ་བྱིང་བ་འདྲ་བའམ། ཀུན་མོ་དང་  
 འདྲ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །འདིའི་གཤམ་བྱེད་ཆང་ལ་བྱས་ན་གཤམ་བྱ་ལྟ་ཡིན་དགོས་  
 གྲང་། འཇུར་སྒྲུབ་ལྟར་གཤམ་བྱེད་ལྟ་རྒྱུ་སྒྲུབ་ལྟ་ཡི་སོགས་ཚིགས་བཅད་དེ་  
 ལ་བྱས་ནས། གཤམ་བྱ་ཆང་བཟི་རྒྱུ་སྒྲུབ་ལ་བརྟེན་ན་ལེགས་སྒྲུབ་སྟེ་དབྱང་པར་  
 བྱོས་ཤིག འདི་གོང་གི་རབ་བཙུག་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ནི་མིང་ཐུན་  
 མོང་བ་གཅིག་ལ་སྒྲུབ་བྱས་པ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཡོངས་སྒྲུབ་ལྟར་གྲགས་པ་ཞིག་བྱས་ཤིང་།  
 དེ་ལྟར་བྱས་ན་འདྲ་རུང་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པ་སྒྲུབ་བས་ཡོངས་གྲགས་གཞན་ལ་  
 གོ་བར་འཇུར་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བོད་སྐད་དུ་དབེར་བརྟེན་ན། གཡོ་ལྷན་བྱ་  
 བས་དགའ་བ་མོ་ཡི་རོ། །ལན་མང་ཉམས་གྱིས་མྱོང་བ་དེ་དག་རྒྱུ་སྒྲུབ་། ད་  
 བེ་ལུས་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཁྱེད་པ་སྟོད། །ཞེ་མ་ཆགས་བྲལ་མིན་ཡང་ཆགས་  
 བྲལ་འདྲ། །ཞེས་པ་འདིར་འབྲིག་པའི་མིང་ལ་གཡོ་བ་ཅན་ཞེས་གྲགས་གྲང་།  
 འདིར་གཡོ་ལྷན་ཞེས་པ་སྒྲུབ་ཚུལ་བྱས་པ་དོན་ལ་འདྲ་བ་ཅམ་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་  
 གོ་དགའོ། །འབྲིག་པའི་བྱ་བས་དགའ་མ་ཞེས་ཆུང་མའི་མིང་ཡིན་པ་ལ།  
 དགའ་བ་མོ་ཞེས་གཞན་དུ་བསྒྲུབས་པས་གོ་དགའ་བ་དང་རོ་མང་བོ་སྒྲུབས་སྒྲུབ་  
 མྱོང་བ་ཞེས་པ། ཉམས་གྱིས་མྱོང་ཞེས་དོན་འདྲ་ཅམ་གྱིས་ཚིག་ཐུད་གཞན་  
 གྱིས་བསྒྲུབ་པའོ། །དེ་ལྟར་ངག་འདིའི་དོན་འབྲིག་པའི་བྱ་བས་དགའ་མའི་

རེག་བྱའི་རོམྱེད་བཀའ་བྱར་བྱས་ཏེ། གཤམ་བྱེད་ཆོག་གི་སྤྱད་དང་མིང་གི་རྣམ་  
པ་གཞན་ཆ་འདྲས་བརྗོད་པས། བམ་རོའམ་མུང་བྱའི་རོ་གང་ཡིན་འབྱེད་  
དགའ་བ་དང་། གཤམ་བྱ་འཁྲིག་པ་དང་དགའ་མ་ལ་གོ་དགའ་བ་དང་། ད་ནི་  
ལུས་སུ་རྣམས་ཞུགས་བཅོལ་བ་ལྟོད། ཅེས་ད་ནི་རྣམས་ཏེ་གཉིས་སྦྱོར་གྱི་བཅོལ་  
བ་ལྟོད་པས་ཆགས་བྲལ་མིན་ཡང་ཆགས་བྲལ་དང་འདྲ་བར་སྒྱུར་ཏོ། །ཞེས་  
པའང་རྩད་ཟད་གོ་བཀའ་བས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། བོད་སྐད་ལ་ཆོག་  
སྤྱད་སྒྱུར་ཚུལ་དང་མིང་བརྗོད་ཚུལ་དོན་ལ་འགལ་མེད་ཅམ་གྱི་སྒྱུ་ཟུར་མི་འདྲ་  
བར་སྒྱུར་བ་ལས། རྣམ་དབྱེ་སོགས་སྐྱེན་བྱིན་པའི་གཟུགས་འཁྱུར་གྱི་སྒོ་  
ནས་གཞན་དུ་གོ་བ་བྱ་དགའ་བས། གཤམ་ཆོག་འདིའི་བྱེད་པར་འདི་འདྲ་ཞིག་  
གིས་མ་བྱས་ན་རབ་བཅོམ་སོགས་དང་བྱེད་མེད་དུ་འཁྱུར་རོ། །འདི་སྒོར་དོན་  
རྩད་ཟད་ཅིག་ལ་བརྗོད་རྒྱ་མང་པོ་མ་བྱས་ན་ངེ་བཞིན་གོ་མི་རུས་པས་ཆོག་  
རྩད་མང་དུ་སྒྲོ་བར་བྱས་སོ། །བདུན་པ་གངས་གྱི་གཤམ་ཆོག་ནི། ལྷ་ལྷན་དབུས་  
གནས་གསལ་བྱེད་བཞིས། །ཡོངས་སུ་རྣམ་པར་བརྒྱན་པ་ཡི། །ཤོང་ཁྱེར་  
འགའ་ཡོད་འགའ་ཞིག་ན། །མི་བདག་ཡིག་བརྒྱད་མིང་ཅན་ཡོད། ཅེས་པ་  
ཀུལ་ཡུ་རི་སྟེ་ཤོང་ཁྱེར་གསལ་ལྷན་ཞེས་པ་དེ་བརྗོད་པར་འདོད་ནས་སྣ་ལྷན་  
ཉ་ཡིག་དབུས་ན་གནས་ཤིང་ཀུལ་ཡུ་རི། ཞེས་པའི་གསལ་བྱེད་བཞིས་བརྒྱན་  
པའི་ཤོང་ཁྱེར་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་བྱེ་བྲག་གི་ཤོང་འགའ་ཞིག་ན། ཀུལ་  
ཡུ་རི་པ་ལྷ་བ་ཞེས་པ་མི་བདག་ཡིག་བརྒྱད་མིང་ཅན་ཡོད་ཅེས་གངས་ཅམ་



སྒྲུབ་ཀྱི། གྲངས་ཅན་སྒྲུབ་ཏེ་མ་བཟོད་པའོ། །ལྷ་བ་ནི་ཡལ་འདབ་ཅེས་སོ། །  
 འདིའི་དཔེར་བཟོད། གང་ཞིག་དགུ་ཡི་གྲངས་ཅན་ལས། །བདུན་ནི་སྟེང་དུ་  
 རྩོགས་གཅིག་གནས། །དེ་ལས་གཡོ་འགྲུལ་ཅན་གཉིས་དང་། །གྲོགས་མོ་  
 རྩོད་ནི་འདྲ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྲག་དགུ་ཡི་གྲངས་ལས་བདུན་ནི་སྟེང་གི་རྩོགས་  
 མགོ་བོ་རྩོགས་གཅིག་དུ་གནས་པ་དེ་ལས་གཡོ་འགྲུལ་ཅན་གཉིས་ནི་མིག་སྟེ་  
 དེ་དང་རྩོད་འདྲ་བར་སེམས་ལ་གཅེས་སྒྲུབ་ཡོད་དོ་ཞེས་པའོ། །སྒྲུབ་ཡང་  
 བཟོད་པ། ལྷ་པོ་དག་གི་ཐོག་མ་རབ་རྒྱས་པས། །གསུམ་གྱི་དབུས་མར་གྱུར་  
 ལ་རབ་ཏུ་དད། །གནས་སྐབས་བཞི་པས་དུས་ཀྱན་འདའ་བྱེད་པ། །འདི་  
 བེ་ཀ་ལྟ་ཀ་བཞིན་དུ་འབྱམས། །ཞེས་དུག་ལྷའི་དང་པོ་ཆགས་པ་རྒྱས་པས།  
 རྒྱུས་པ་བྱད་མེད་མ་ཞིང་གསུམ་གྱི་དབུས་མ་བྱད་མེད་ལ་དད་ཅིང་། གནས་  
 རྒྱབས་བཞི་པ་སྟོམས་འཇུག་གིས་དུས་ཀྱན་འདའ་བ་འདི་ཆགས་པ་ཆེ་བར་  
 གྲགས་པ་བྱ་ཀ་ལྟ་ཀ་བཞིན་དུ་བྱད་མེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྒྱམ་པར་འབྱམས་སོ། །  
 ཞེས་པ་ལྷ་བའོ། །བརྒྱད་པ་རབ་བརྟགས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་ནི། ཆོག་རྒྱམས་རབ་  
 ཏུ་འཁྲུལ་བ་དང་། །མགོ་བོ་དུད་ཅིང་མིག་དམན་པ། །འདུག་གྲང་འདར་ལྡན་  
 བདག་ལ་ནི། །ཆན་མོ་རྗེས་སུ་མི་བཅུའོ། །ཞེས་པའི་དག་དོན་འདི་དབུལ་  
 པོ་དམན་པ་ཞིག་ལྷུག་པོ་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོང་བ་དང་། ཆགས་ལྡན་ཞིག་གང་ལ་  
 སྒྲིན་དུ་ཆགས་གྲང་རྩི་གཞོང་བག་ཅན། གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཆོག་འཇུ་  
 བཟོད་པ་ནོར་འཁྲུལ་དང་། མགོ་བོ་དུད། མིག་དམན། མ་ལངས་བར་ས་

ལ་འདུག་པར་གྱུར་ཀྱང་ལུས་འདར་བ་དང་ལྷན་བ་ཡོད་པས་དབུལ་ཁིང་སྒྲོང་  
བ་པོའི་ངག་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆགས་ལྷན་ཞིག་གིས་ཀན་མོ་ལ་ཀྱ་རེ་བརྗོད་  
པའོ། །འགྱུར་འདི་ལྟར་ན་ཀན་མོ་ཞེས་ཡོད་པས་ཆགས་ལྷན་གྱི་རང་ཚུལ་དེས་  
སྒྲོང་བ་གལ་པར་འགྱུར་མོད། བྱིནྱེའི་སྐྱ་ཀན་མོ་དང་ལྷག་པོ་གཉིས་ཀ་  
ལ་འདུག་པས་གཉིས་ཀར་ཕྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་བ་བརྗོད་པའི་བྱིནྱེ་རྗེས་སུ་མི་  
བརྩེའམ་ཞེས་བྱས་ན་ལེགས་པ་འདྲའོ། །འདིའི་ངག་དོན་ཆོང་མ་གལ་བྱ་གལ་  
བྱེད་གཉིས་ཀར་གོ་རུང་བའི་སྒྲོ་ནས་གང་ཡིན་འབྱེད་དཀའ་བས་གལ་བྱ་སྐྱས་  
ཏེ། གལ་བྱེད་ཀྱི་ངག་དོན་དང་འདྲ་བར་སྒྲོ་བདག་ས་པའམ་རབ་བདག་ས་  
བྱས་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་སོ། །འདིའི་དཔེར་བརྗོད་པ། མཆོག་གི་ཞལ་བཟང་  
ཡིད་ལ་རབ་བཀོད་དེ། ཞབས་ཀྱི་བདྲར་མདོན་དུ་ཕྱོགས་བྱས་ནས། གང་  
གི་ཉེ་དུང་དགའ་བས་འཁོད་པ་བདག་གཟིགས་པར་མཛོད་ཅིག་ལྟ་མོ་མེ་  
ཏོག་ཅན། །འདིར་མཛེས་མ་མཆོག་གི་གདོང་མཐོང་ནས་དེའི་ཚུལ་ལ་ཡིད་  
ལྷགས་ཤིང་། དེའི་ཞབས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སུ་ཡིད་མདོན་པར་ཕྱོགས་ཏེ་རེ་བའི་  
ཡིད་ཀྱིས་ཉེ་དུང་དུ་གནས་པ་བདག་གཟིགས་པར་མཛོད་ཅིག་བཟང་མོ་གང་  
ཞིག་ལྟ་མོ་འདྲ་བ་མེ་ཏོག་གི་སྐྱ་སྐྱེ་གནས་སམ་ཡང་ན་རྩ་མཚན་ལ་འང་འདུག་  
པས་མེ་ཏོག་ཅན་ཞེས་བོད་པའོ། །སྐྱིབ་བྱེད་སྒྲོ་ལ་མ་ལྟ་བུའི་ལྟ་མོ་གང་གི་ཞལ་  
ཡིད་ལ་དྲན་ནས་དེའི་ཞབས་གདན་གྱི་བདྲའི་རྩ་བར་ལུས་ཀྱིས་མདོན་དུ་བཏུང་  
དེ། བྱིས་སྐྱུའི་དུང་ན་འདུག་ཅིང་རྒྱགས་བརྒྱ་བ་སོགས་ལ་དགའ་བས་འཁོད་

པ་བདག་གཟིགས་པར་མཛོད་ཅིག་ལྟ་མོ་ཕྱག་ན་མེ་ཏོག་ལྷན་པ་བསྐྱམས་པ་  
 ཅན་ཞེས་འགོད་པའོ། །དེར་མ་ཟད་འདིའི་དབེར་བཛོད་གཞན་ཡང་། ཁྱོད་  
 ལ་བརྒྱུག་པ་གསལ་བྱེད་པ། །འཁྱོགས་པོའི་མིག་གིས་ཡང་ནས་ཡང་། །ལྟ་  
 བར་བྱེད་པ་འདིའི་མདུན་དུ། །འོང་བར་མ་བྱེད་འདི་ཡིད་འཁྱུགས། །ཞེས་ཡིད་  
 ལ་དམ་དུ་འཛིན་བའམ་བརྒྱུག་པའི་སྒྲོ་ནས་མིག་འཁྱོགས་པོས་ཡང་ཡང་ལྟ་  
 བ་འདིའི་མདུན་དུ་ཁྱོད་མ་འོངས་གིག། །འོང་ན་འདི་ཡིད་འཁྱུགས་པར་  
 གདའོ་ཞེས། ཆགས་པས་བརྒྱུག་པའམ་དམ་དུ་འཛིན་པའི་དོན་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཟུར་མིག་ཡང་ཡང་ཁྱོད་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་པ་འདིའི་མདུན་དུ་ཁྱོད་འོང་  
 ན་འདི་འདོད་པས་ཡིད་འཁྱུགས་ནས་སེམས་རྒྱལ་དུ་མི་གནས་པར་བྱེད་དོ་  
 ཞེས་པ་གཤམ་བྱ། གཤམ་བྱེད་སྐད་བས་བརྒྱུག་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐད་མིག་  
 འཁྱོགས་པོས་ཁྱོད་ལ་ཡང་ཡང་བལྟ་བ་འདིའི་མཐོང་སར་ཁྱོད་འོང་ན་འདི་  
 སྐད་བས་ཡིད་འཁྱུགས་པར་གདའོ་ཞེས་པའོ། །

དགུ་པ་མིང་དུ་མ་འདུས་པའི་གཤམ་ཆོག་ནི། མིག་མི་བརྟན་མ་ས་ལྟན་འགལ། །  
 དང་པོར་རྩ་རྩ་ཞེས་པ་སྒྲོག། །སྒྲུབ་ཏུ་ན་ཡང་སྟེ་འདི། །རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་ཁྱུ་  
 འཇུག་མིན། །ཞེས་པ་འདིས་བཛོད་བྱ་ནི། ཤིང་རྩ་རྩ་ཏུ་ཞེས་འཇགས་ཡུལ་  
 ཡལ་སྐད་ཀྱི་རི་ཞེས་འབོད་པ་དེ་ཡིན་མོད། དེའི་མིང་བཛོད་པ་ལ་མིང་གཞན་  
 མང་པོ་བཛོད་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་ནི། མིག་མི་བརྟན་མ་ཞེས་པོས་ནས།  
 སྐྱི་བཅས་ལྟན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་དང་ཤིང་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་རུང་བ་ཙམ་གྱི་མིང་

ཡིན་ལ། དེའི་བྱེ་བྲག་འགའ་ལ་དང་པོར་རྩ་ཇ་ཞེས་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོག་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེའི་རྩེས་ས་ན་ཏ་ན་ཡང་སྟེ་ཞེས་པ། ས་རྩ་ཏ་ན་ཏག་པ་ཅན་ནམ་རྒྱན་  
ཅན་ཏེ་བྱལ་འཇུག་གི་མིང་ཡིན་མོད། འདིར་དེ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ལ། བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་དངོས་ཏ་ན་ཡིན་པས། ཏ་ན་འི་སྒྲོན་དུ་དགག་པའི་ཨ་བཞག་པའི་  
ཏ་ན་མེད་པ་དང་། དེའི་སྒྲོན་དུ་དགག་པའི་ན་བཞག་ནས་མཚམས་སྦྱར་བས།  
རྩ་ཏ་ན་ཞེས་པ་ཏ་ན་མེད་པ་མིན་པ་ཡོད་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེའི་གོང་  
དུ་བཅས་ཞེས་པའི་ས་བཞག་པས། ས་རྩ་ཏ་ན་ཞེས་པ། ཏ་ན་མེད་མིན་བཅས་  
ཀྱང་འདི་ཞེས་པས་ས་ལྟན་གྱི་བྱེ་བྲག་འགའ་ཞིག་ལ་མིང་རྩ་ཇ་དང་དེའི་རྩེས་སུ་  
ཏ་ན་དང་བཅས་པས་རྩ་ཇ་ཏ་ན་ཞེས་ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་གླི་རི་ཞེས་པའི་མིང་བརྗོད་  
པའོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་ལྟན་ཞེས་པ་ཤིང་དང་རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྩ་ཇ་  
ནི་ཤིང་གི་རྒྱལ་པོ་དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་ལའང་འཇུག་པ་དང་། སྩ་ན་ཏ་ན་བྱལ་  
འཇུག་གི་མིང་དུ་འཇུག་མོད། རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་བྱལ་འཇུག་མིན་ཞེས་པས་  
ཤིང་ཡིན་པར་བརྟན་ཏེ། མདོར་ན་དག་སྦྱོར་འདིས་གཤམ་ནས་བརྗོད་རྒྱ་ཤིང་  
རྩ་ཇ་ཏ་ན་ཡིན་མོད། དེའི་མིང་བརྗོད་ལ་མིང་གཞན་སྣ་ཚོགས་བསྐྱེས་ནས་  
བརྗོད་པས་ཐད་ཀར་བལྟས་ན་མིང་དུ་མ་ཞིག་བརྗོད་པ་ཅམ་ལས་དངོས་  
དོན་མི་གསལ་བའོ། །འདིའི་དཔེ་གཞན་བརྗོད་པ། དབང་ཆེན་འདི་ནི་ཀ་  
ཆེན་ཏེ། དེ་ཡི་སྒྲོན་དུ་དྲན་པའི་སྒྲ། །གདུང་འདེགས་བྱེད་པའི་ཀ་བ་མིན། །  
དབང་ཆེན་ཡིན་ཏེ་བཤོལ་དུ་མེད། །ཅིས་པ་དྲན་པའི་ཀ་ཆེན་ཞེས་གྲགས་པ་

སྒྲེས་སུའི་རྟགས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྟུང་ཅིང་། དེ་ལ་ཀ་ཆེན་ཟེར་ཡང་གཏུང་  
 འདེགས་བྱེད་པའི་ཀ་བ་ནི་མ་ཡིན་ལ། དབང་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ་དེ་སྟོབས་དང་  
 ལྷན་པར་གྱུར་ན་དེས་ཅི་འདོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས་བཞོལ་དུ་མེད་དོ་ཞེས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་མིང་ཙམ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་དག་དོན་བརྟུང་པ་ལ་ཡང་  
 མིང་དུ་མ་བསྐྱེས་པས་བསྐྱིབ་བ་ལྟར་གྱུར་བ་ཡོད་དེ། ལུས་མེད་གཡོ་བྱེད་  
 མིག་དམར་ནི། །འཕྱོག་སྟུང་མངོན་པར་མཐོང་བས་ཁྱོད། །རྩལ་གྱིས་རབ་  
 ཏུ་སྐྱོངས་སོ་ལ། །འདོད་ལྟ་རྒྱུང་གཟའ་ས་རྩལ་མེད། །ཅིས་ལུས་མེད་དེ་  
 འདོད་ཆགས་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་མིག་དམར་པོ་འཕྱོག་པོར་སྟུང་པའི་མཛེས་  
 མའི་ཟུར་མིག་མཐོང་བས་ཁྱོད་རྩལ་ཏེ་ཆགས་པས་རབ་ཏུ་སྐྱོངས་པར་བྱས་  
 སོ། །ཁུ་ཞེས་བོས་ནས་ལུས་མེད་འདོད་ལྟའི་མིང་དང་། གཡོ་བྱེད་རྒྱུང་དང་  
 གཟའ་མིག་དམར་འཕྱོག་འགྲོས་ལ་སྟུང་བ་དང་ས་རྩལ་གྱི་མིང་བརྟུང་དོན་  
 ཡིན་པར་གཤམ་པའི་ཆེད་དུ་འདོད་ལྟ་རྒྱུང་གཟའ་ས་རྩལ་མེད་ཅེས་སོ། །བཅུ་  
 བ་བསྐྱིབ་པའི་གཤམ་ཆོག་ནི། རྩས་བྲལ་མི་ནི་བཏང་བྱས་ནས། །ཞོར་ལྷན་  
 རྣམས་ཅན་བཟོད་པ་དང་། །སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱས་འཛིག་རྟེན་འགྲུགས། །  
 གཟུང་དཀའ་སྦྱང་འཛོང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་སྦྱང་འཛོང་མ་དང་བསོད་  
 རྣམས་ཀྱི་འབྲས་སུར་གྱུར་པའི་དཔལ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་  
 རུང་བའི་རྟོག་བྱེད་དུ་གྱུར་པས་གང་ཡིན་མི་འབྱེད་པའི་ཚུལ་དུ་གཤམ་པ་ཡིན་  
 ལ། །འདི་དང་གོང་གི་རབ་བརྟགས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་གི་ཁྱུད་པར་ནི། རབ་བརྟགས་

ནི་གཤམ་བྱ་དེ་དང་འདྲ་བའི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ལ་བསྟན་བཅགས་ནས་བསམ་  
ངོ་ན་ཡོད་པའི་གཤམ་གྱི་དེ་ཟུར་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱེད་པ་ནི་བསམ་  
གྱི་དོན་གཤམ་བྱ་དེ་གཤམ་བྱེད་གཞན་ལ་བསྟན་བཅགས་ནས་བརྟེན་པ་མིན་  
ཡང་། རྟོན་བྱེད་གྱི་ཆོག་དེ་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་གོ་རུང་བས་གཅིག་  
ཤོས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ནོར་ཐུག་དང་བྲལ་བ་དཔལ་པོའི་མི་རྣམས་  
གྱི་རྗེས་སུ་མི་འཇུག་པས་རྗེས་བྲལ་རྣམས་བཏང་བར་བྱས་ནས། རོར་ཅན་  
རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་བཞུད་པ་གང་ཞིག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱས་འཛིག་རྟེན་  
འགྲུགས་པ་ནི། སྒྲ་འཆོང་མས་འདོད་པའི་སྒྲ་ཐབས་ཀྱིས་པོས་གཞན་  
འགྲུགས་པ་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་དེ་དང་ལྡན་ན་ཆེད་དུ་འབད་པ་མ་  
བྱས་ཀྱང་སྒྲ་ཐབས་ཀྱི་ཀྱིས་བྱས་པ་དང་འདྲ་བར་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲ་ཆོགས་  
ཀུན་འགྲུགས་པ་ལོ། །དེ་གཉིས་ཀ་འང་རང་འདོད་ཅམ་གྱིས་ཅི་དགར་བཟུང་  
མི་རུས་པས་བཟུང་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་འདི་སྒྲ་འཆོང་མ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་སྒྲ་འཆོང་མ་ལ་གོ་ན་དེ་ལྟར་དངོས་སུ་ཡིན་ལ། ཡང་སྒྲ་འཆོང་མ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་སྒྲའི་དོན་དུ་བྱས་ན་གཅིག་ཤོས་བསོད་ནམས་ཀྱི་དཔལ་  
ལ་གོ་སྟེ། དག་སྒྲོར་འདི་དེ་གཉིས་ཀར་གོ་རུང་ཡང་གང་ལ་གོ་བ་དེས་གཅིག་  
ཤོས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཁོད་སྒྲ་མ་ཞེས་པ་སྐབས་འདིར་བུད་མེད་ཀྱི་  
རྟགས་དང་དགག་སྒྲ་གཉིས་གང་དུ་ཡང་འཇུག་པས་གོ་བློ་བ་གཉིས་འོང་ལ།  
གྱི་སྒྲ་ལ་ཡང་དགག་སྒྲ་ཁོངས་ནས་བཏོན་མ་བཏོན་གཉིས་སུ་འགྱུར་རོ། །

འདྲིར་དཔེར་བརྗོད་པ། བསྐྱེད་སྐྱབས་སྐྱེ་འཇུག་ལ་རབ་དགའ་ཞིང་། །  
 ཡང་ཡང་གཡོ་ལྷན་བཅུད་ཀྱི་ཟླལ་དང་ཅན། །སྒྲུང་ཅི་འཛིན་པ་དེ་ལས་  
 གཞན་གྱུར་པས། །མི་མོའི་ཚོགས་རྣམས་མཚོག་ཏུ་དགའ་བ་སྒྲེད། །ཅེས་  
 སྒྲེས་པའི་རྟགས་དང་བྱང་བའི་ཚོས་ངག་གཅིག་གིས་བརྗོད་ནས་དེ་མ་ཐག་  
 ཏུ་བྱང་བ་སྒྲོས་པའི་ཆོལ་གྱིས་བསྒྲིབ་ཅིང་། སྒྲུར་བྱང་བ་མ་ཡིན་པ་དེས་ནི་  
 མི་མོའི་ཚོགས་ཀྱི་དགའ་བ་སྒྲེད་ཅེས་སོ། །སྒྲུར་ཡང་། དམར་སེར་འོད་སྟོང་  
 ཏུ་བསམ་མཛེས་པ་ཡིས། །ལུན་པའི་ཚོགས་འཛོམས་ཀྱུན་དགའི་སྒྲུར་བ་ཅན། །  
 ཅོལ་མེད་ལུགས་ཀྱིས་སྒྲིད་པར་རྟག་སྐྱུ་བ། །འཛིག་རྟེན་མགོན་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་  
 ཉི་མ་མཛེས། །ཞེས་ཉི་མའི་ཚོས་བརྗོད་ནས་ཚོས་དེ་ལྷན་ལ་འཛིག་རྟེན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་མགོན་ཏུ་སྒྲུབ་ར་གྱུར་པའི་ཉི་མ་འདི་ནི་མཛེས་སོ་  
 ཞེས་པས་དངོས་སུ་མ་བཟུན་པར། གཤམ་བྱ་འཛིག་རྟེན་མགོན་ཏུ་གྱུར་  
 པ་འཇམ་དཔལ་སྒྲུབ་པའི་ཉི་མ་བརྗོད་པའོ། །བཅུ་གཅིག་པ་མཐུན་པའི་སྒྲུའི་  
 གཤམ་ཚིག་གམ་དངོས་མིང་གི་དོན་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྒྲུབ་ཀོད་པའི་གཤམ་  
 ཚིག་གི་དཔེ་བརྗོད་ནི། རྟེན་གྱི་ས་མིན་མིང་མཐུན་གང་། །རབ་གྱུར་སྒྲུམིང་  
 ཅན་ལས་རྒྱལ། །དེ་ཡིས་དེང་བདག་མཚོག་ཏུ་ནི། །སྟེང་ལྷན་བྱེད་དོ་སྟོན་  
 སྒྲོག་མ། །ཞེས་སྟོན་སྒྲོག་མ་ཞེས་ངོས་ནས། རྟེན་གྱི་མཚུ་སྒྲོས་དམར་པོ་བྱེ་  
 རུའི་མདོག་ལས་རྒྱལ་བ་དེས། དེང་བདག་གི་ཡིད་མཚོག་ཏུ་སྟེང་ལྷན་བྱེད་དོ་  
 ཞེས་པའི་དོན་ལ། འདྲིར་ས་མིན་མིང་མཐུན་ཞེས་པ། རྒྱ་ར་འཛིན་མ་སྟེ་ས་

གཞིའི་མིང་ཡིན་ལ། དེའི་ཐོན་དུ་དགག་པའི་ཨ་བཞག་པས། ཨ་རྩ་རེན་  
ས་མིན་ཞེས་སོ། །དེ་དང་མིང་མཐུན་པ་ཞེས་པ་མཆུ་སྟེ། མཆུའི་མིང་ལའང་  
ཨ་རྩ་རེ་ཞེས་གྲགས། འདི་འདོད་འཛོར་མ་མཆུ་ལ་བཤད། ཡང་བྲ་ལ་  
སྟེ། དེའི་ཐོན་དུ་ཉེ་བསྐྱར་བྲ་བཞག་པས། བྲ་བྲ་ལ་སྟེ་རབ་རྩ་བྱར་པའི་  
སྟེ་སྟེ་བག་མའི་ལན་ལུའོ། །དེའི་མིང་ཅན་ནི་བྱི་རུ་སྟེ། བྱི་རུའི་མིང་དུ་བྲ་བྲ་  
ལ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ལས་རྒྱལ་བའོ། །དེ་ལྟར་མིང་གཅིག་ལའང་ཡི་གེ་སོ་  
སོར་ཐལ་ཏེ་དོན་གཞན་བཤད་པའི་སྟོན་ས་དེའི་མིང་དང་མཐུན་པའམ། དེའི་  
མིང་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བརྗོད་བྱའི་དངོས་མིང་སྟས་བའོ། །  
འདིར་དེའི་དཔེ་བརྗོད་བཞོད་པ། མཐོང་བྱ་འཆང་བའི་མིང་ཅན་འདིའི།  
ཡུལ་ན་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ལས། །མཉན་བྱའི་མིང་ནི་འཛིན་པ་ལ། །གསེར་  
བཟང་མུ་དྲིག་ཅན་འདི་མཛེས། །ཞེས་མཐོང་བྱ་གཞུགས་དེ་འཆང་བའམ་འཛིན་  
པ་ནི་གཞུགས་འཛིན་ཏེ་མིག་གོ། །མིག་དེའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་སྟེ་མཐོང་བར་  
གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལས་མཉན་བྱའི་མིང་སྟེ་ཡིན་ལ། དེ་འཛིན་པ་སྟེ་འཛིན་  
ཏེན་བའོ། །རྩ་བར་གསེར་བཟང་པོ་དང་མུ་དྲིག་གི་རྒྱན་ཅན་འདི་ཁོ་ན་མཛེས་  
སོ། །གཞན་ཡང་། མི་རྩལ་དགེ་བའི་མིང་མཐུན་གཞོན་ཅུ་ཞེས། རྒྱ་གཏེར་  
མིང་ཅན་ལས་བྱུང་ལྟ་མོ་དང་། །ལྟན་ཅིག་གསོད་པའི་སྟེན་གྱུར་བཅུད་གྱིས་  
ལེན། །སྟིང་ལ་བརྟེན་དང་ཐུན་ཚོགས་དཔལ་ཀུན་འཕེལ། །ཞེས་མི་རྩལ་པ་  
དང་མིང་མཐུན་པ་འཛམ། དགེ་བ་དང་མིང་མཐུན་པ་དཔལ། རྒྱ་གཏེར་དང་



མིང་མཐུན་པ་མཚོ་བྱང་སྟེ་དབྱངས་ཅན་མ། དེ་དག་ལྟན་ཅིག་པ་སྟེ་ཡབ་ཡུམ་  
 ཏུ་གྱུར་པ། མར་གསོད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་བདུད་དེའི་སྒྲུབ་ཏུ་གྱུར་པ་ཅི་སྟེ།  
 འཇམ་དཔལ་ཡབ་ཡུམ་བདུད་ཅི་བཅུད་གྱིས་ལེན་དང་འབྲེལ་བ་སྦྱིང་དབུས་  
 སུ་བསྟན་ན་སྟོ་གོས་སོགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་དཔལ་ཀྱན་འཕེལ་ལོ། །  
 ཞེས་ཀླུ་གྲངས་གཞན་གྱི་མིང་གིས་བརྗོད་བྱའི་མིང་བརྗོད་པའོ། །  
 བཅུག་ཉིས་པ་ཀྱན་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་གཤམ་ཆོག་གི་དཔེ་བརྗོད་ནི། འདོད་ལྡན་དག་  
 བྱི་མལ་སྟན་ལ། ཁྱོ་བས་བྱིར་བརློག་ཉལ་བར་གྱུར། ཁྱེད་པས་དེ་ཉིད་  
 ཉིད་ཉལ་ཏེ། དལ་བུ་ཡིས་ནི་ཁ་དག་སྦྱུར། ཞེས་གཤམ་བྱ་འདོད་ལྡན་ཁ་  
 སྦྱོར་ཏུ་སྦྱོར་བ། གཤམ་བྱེད་འདོད་ལྡན་དག་ནི་རང་གི་མལ་སྟན་ལ་འདི་ལྟར་  
 ཡན་ཚུན་ཁྱོ་བས་བྱིར་བརློགས་ཏེ་རྒྱབ་སྦྱུང་ཏུ་ཉལ་ཅིང་། ཁྱེད་པས་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་ཏུ་ཉལ་བ་དང་། དལ་བུས་ཁ་སྦྱོར་བ་མི་རིགས་སོ་སྟུང་ཏུ་གོ་ནས་དོན་  
 ལ་ཀྱན་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་པར་བྱས་པའོ། འདོད་དཔོན་སུ་བསྟན་པ་ནི་འདོད་ལྡན་བྱང་  
 མེད་དག་ནི་རང་གི་འོག་གི་མལ་སྟན་ལ་ཁྱོ་བས་བྱིར་བརློག་པའི་ཚུལ་ཏུ་རྒྱབ་  
 བསྟན་ཏེ་ཉལ་བར་གྱུར་ཏོ། ཁྱེད་པས་སྟུང་མ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཏུ་ཉལ་ཏེ།  
 དལ་བུ་ཡི་ནི་སྟེས་པ་དང་ཡན་ཚུན་ཁ་དག་སྦྱུར་བར་བྱེད་དོ། འདིར་དཔེ་  
 གཞན་བརྗོད་པ། ཞེ་མ་བཅུན་པར་གྲགས་པ་ཁྱོད། ཁྱེད་པས་པའི་དབང་  
 གིས་བྱང་མེད་ཀྱི། བྱིན་ས་འགོ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། མདུན་ཏུ་འདྲུགས་  
 གཅིག་ལྟ་མི་བྱེད། ཅིས་བརྗོད་བྱ་བྱང་མེད་ཀྱི་མདུན་ཏུ་འདྲུག་ནས་གཉིས་

ཀ་ག་དོང་སྤྲད་པས་སྤྱོད་པ་སོ་སོར་ལྟ་བུ་གཏོང་སྤྲད་ན་གཅིག་གིས་ཤར་དུ་  
བལྟས་ཆོ་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་རྒྱབ་དུ་བལྟ་བ་ཡིན་པ་དངོས་སུ་བརྟན་ཀྱང་། དེ་  
ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་མགོ་སྤོངས་པར་བྱས་པའི་དག་གོ། དེ་བཞིན་དུ། རྩོམ་  
བརྩོན་ཁྱོད་ནི་བྱད་མེད་དང་འཕྲད་ཆོ། སྤྱོད་པ་གཅིག་མི་བལྟ་སོ་སོར་བལྟ་  
བཞིན་དུ། ཁ་ཅོའི་སྒྲ་གསང་ཆེ་བ་མི་སྒྲོག་པར། སྒྲེ་བོས་དབེན་པ་སྤྱར་དུ་  
ཆོལ་བར་བྱེད། ཁྱེད་པའང་གོང་དང་འདྲ་ལ་སྒྲུ་མི་སྒྲོག་པར་འགོལ་བའི་  
གནས་ཤིག་དུ་བྱད་མེད་འཁྲིད་པར་བྱེད་ཅེས་བརྟན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་གོ་བའོ། །  
བཅུ་གསུམ་པ་ཡོངས་འཕྲོག་གི་གཤམ་ཆོག་ནི། བྱ་རྒྱལ་ཟས་སྒྲིས་དག་ཡིས་  
ནི། །སྤྱ་མའི་འོད་ཀྱིས་བཅོམ་སྒྲེ་བོ། །ཁ་འཛོམས་གྲོགས་མིན་འཛོན་པ་ཡི། །  
ཁྱབ་པའི་མཁའ་ལ་མཛོན་པར་དགའ། །འདིར་གཤམ་རྒྱའི་བརྩོད་བྱ་ཉི་མའི་འོད་  
ཀྱིས་གདུང་བའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་སྒྲིན་གྱིས་ཁྱབ་པའི་རྣམ་མཁའ་ལ་དགའ་འོ་  
ཞེས་པ་རིགས་ཀྱང་། དེ་དག་ཆོག་དུ་མ་བརྒྱད་པའི་ཕྱིར་བ་ཅན་གྱི་དག་གིས་  
བརྟན་པས་བརྩོད་བྱ་དངོས་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ་བས་སྒྲོ་སྒྲོག་པར་བྱས་  
པ་སྟེ། བྱ་མཁའ་ཕྱིར་དེས་བདུད་ཅི་འཕྲོག་པའི་གདམ་རྒྱུད་ཡོད་པས་བྱ་  
རྒྱལ་ནས་ཐོབ་པ་བདུད་ཅི་སྟེ་དེ་ཡི་ཟས་སོ། །བདུད་ཅི་དེ་ཡིས་ཟས་ཅན་ལྟའི་  
དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན། བརྒྱ་བྱིན་དེ་ལས་སྒྲིས་པ་ནི། སྒྲེ་བསང་བྱ་ལྟའི་ནང་གི་  
མྱིད་སྒྲུབ་སྟེ་དེ་ནི་ལྟ་དབང་གི་བྱ་ཡིན་པར་གྲགས་སོ། །མྱིད་སྒྲུབ་དེའི་དག་  
ཀུར་དང་ཀུར་དེའི་སྤྱ་མ་ཉི་མ་ཡིན་པའོ། །ཁ་བ་འཛོམས་པ་མེ། དེའི་གྲོགས་

མིན་དག་པོ་ཟུ། དེ་འདྲིན་པ་ཁུ་འདྲིན་ཏེ་སྒྲིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དུ་མ་བརྒྱད་པའི་  
 དག་གི་སྒྲེང་བས་བསྟན་བྱ་བཅོད་པའོ། །འདྲིར་དེའི་དཔེ་བཅོད། མེ་དག་  
 སྒྲེས་ཀྱི་གཉེན་གྱི་ནི། །ཁ་ལོ་པ་ནི་སྒྲུང་བའི་ཚོ། །དཀར་པོའི་སྒྲོབ་མ་འཛོམས་  
 སྒྲེས་ཀྱི། །གདོང་བྱང་བདག་གིས་བསྐྱུ་ག་པར་བྱ། །ཞེས་མེ་ཡི་དག་ཁུ་དེ་  
 ལས་སྒྲེས་པ་བསྐྱ་དེའི་གཉེན་ཉི་མ་དེའི་ཁ་ལོ་པ་སྒྲུ་མེངས་ཤར་བའམ་སྒྲུང་  
 བའི་ཚོ་དཀར་པོ་སྒྲེ་པ་སངས་ཀྱི་སྒྲོབ་མ་ལྟ་མིན་དེ་འཛོམས་པ་བྱུང་འཇུག་  
 དེའི་ལྟ་བའི་བསྐྱ་ལས་སྒྲེས་པ་ཚངས་པ། དེའི་གདོང་བཞི་ལས་བྱང་བ་རིག་  
 བྱེད་ཡིན་པས་དེ་བདག་གིས་བསྐྱུ་ག་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་། འདྲིར་  
 བྲི་ཉིན་མིན་དུས་ཀྱི་མགོན་པོ་ནི། །རིམ་བཞིན་འཕེལ་བའི་ཆ་ཤས་བཙུ་  
 བའི། །དཀྱིལ་འཁོར་དང་པོར་འཆར་བར་རྩོམ་པ་ན། །དག་འཁྱོན་བདོ་  
 བའི་དུས་ཡིན་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་ཉིན་མིན་དུས་མཚན་མོ་དེའི་མགོན་པོ་  
 ལྟ་བུ། དེ་རིམ་བཞིན་འཕེལ་བའི་ཆ་ཤས་བཙུ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས་  
 པ་ལྟ་བུ་ཉ་གར་བ་དེ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ས་འདྲིར་དང་པོར་འཆར་བར་རྩོམ་  
 པ་མཚོད་ཀྱི་དུས་སུ་འུམ་ལྟ་ཅིག་དག་འཁྱོན་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་དུས་ཡིན་  
 ཞེས་དུས་བཏབ་པའོ། །བརྒྱ་བཞི་པ་གཅིག་བསྒྲིབས་པའི་གཤམ་ཚིག་ནི། བམ་  
 ཡང་མཚོན་དང་བྱུང་མེད་ཀྱི། །རྩ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་མ་རེག་ །མི་མ་ཡིན་  
 པ་འག་འཁྱིལ་གྱི། །ལག་ནི་འབྲས་མེད་མིན་ནོ་ལོ། །འདྲིར་གཤམ་བྱུང་བྱི་བའི་  
 ལག་པར་གྲགས་པ་ཤིང་ཨོ་རྩུ་ཞེས་དེ་འདྲི་ཤིང་ཡིན་ལ། དེའི་འབྲས་སུ་དེ་

རོག་པོ་ཡིན་པས་གིང་རང་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཡིན་མོད། སྐབས་འདིར་  
ལག་པའི་དགོས་པ་ལམ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ལ་བསམས་ནས་དེ་འདྲི་ལག་པ་  
འབྲས་བུ་མེད་པ་མིན་ནོ་ལོ་ཞེས། འབྲས་བུ་མི་འདྲུག་ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །  
དེ་ལ་ལག་པའི་བྱ་བ་ལམ་དགོས་པ་མེད་ཚུལ། ལག་པ་ལ་དག་ལས་རྒྱལ་  
སྤྱིར་མཚོན་དང་འདོད་པའི་དོན་དུ་བྱད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་རེག་  
པའི་བྱ་བ་གཏན་བྲལ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། འདི་ནི་ནམ་ཡང་མཚོན་ཆ་དང་བྱད་  
མེད་ཀྱི་རྒྱ་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་མ་རེག་པ་སྟེ་རེག་པར་མ་བྱས་པའི་ལག་པ་  
ཞིག་གོ། །དེ་སྤྱིར་ལག་པ་ཡིན་ཞེན། མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་གི་ལག་པར་  
གྲགས་པ་ཞེས་སྤྱི་ཙམ་དུ་བརྗོད་ཀྱི། མི་མིན་གྱི་བྱེ་བྲག་དྲི་བ་དངོས་སྤྱི་མ་  
བརྗོད་པས་རྟེན་སྤྱི་པའོ། །དེ་ཡང་ཨེ་རུ་འདབ་མ་ལ་ལག་པ་ལྟར་སོར་  
མོ་ལྟ་ཡོད་པས་བརྒྱུ་ལ་སྟེ་སོར་མོ་ལྟ་པ་ཞེས་གྲགས་སོ། །

ཁ་ཅིག་དྲི་བ་སྤྱི་པ་མི་འཐད་དེ། དེ་བཏགས་པ་ཙམ་ལས་རྟེན་དངོས་མིན་  
པས་རྟེན་གིང་ཉིད་སྤྱི་པ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ཡང་། དེ་ལྟར་ན་དེ་ལ་ལག་པ་ཞེས་  
པ་ཡང་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། བརྟེན་པ་དངོས་མ་ཡིན་པས་བརྟེན་པ་མ་སྤྱི་  
པ་ཡང་མི་འཐད་པར་མཚུངས་སོ། །འོན་ཀྱང་གིང་སྤྱི་པ་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་པ་  
མི་མ་ཡིན་པའི་ལག་པ་ཞེས་པའི་མིང་དང་། དེས་ལག་པའི་བྱ་བ་མ་བྱས་པ་  
ཙམ་ཞིག་བརྟན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་ན་མི་རུང་བ་མེད་དོ། །འདིར་དཔེར་བརྗོད་  
པ་། གང་ལ་བརྟེན་པའི་དབྱུག་གུའི་ཆེ་མོ་ནི། མིག་སྒྲན་ལྟར་གནག་དུང་

འདྲའི་ཐང་ལ་འགྲིམ། །གང་གི་འབྲས་སུ་མདོག་གསུམ་བསྐྱར་བ་དེས། །དེ་  
 ཡི་རྗེས་གཙོད་དེ་ཡིས་རོ་འཛིན་བསྐྱུལ། །ཞེས་པ་ལག་པ་གང་ལ་བརྟེན་པ་  
 སྐྱུག་གུའི་ཅེ་མོ་སྐྱུག་ཚས་ནག་པོར་བྱས་པས་དུང་འདྲ་ཤོག་དཀར་གྱི་ཐང་  
 ལ་འགྲིམ་ནས་ཡི་གེ་བྲིས་པ་དེ་གང་གི་འབྲས་སུ་ཞེས་མིག་གི་འབྲས་སུ་མིག་  
 གི་དབྱས་གྱི་མཐོང་བྱེད་གང་ཞིག་དེའི་མཐའ་ནག་དཀར་དམར་བའི་མདོག་  
 གསུམ་གྱིས་བསྐྱར་བ་དེས། ཐང་ལ་འགྲིམ་པ་དེའི་རྗེས་གཙོད་པར་བྱེད་དེ།  
 དེ་ཉིད་གར་སོང་གི་རྗེས་ཐམས་ཅད་དུ་བལྟ་ཞིང་། དེའི་སྐྱེན་གྱིས་རྗེས་གཙོད་  
 པ་དེའི་རྗེས་སུ་རོ་འཛིན་ཕྱེ་སྐྱུལ་པར་བྱེད་ཅིས་དོན་ལ་ཡི་གེ་བྲིས་ནས་བསྐྱུག་  
 པ་གཤམ་ཚིག་གིས་བརྟེན་པ་སྟེ། གང་ལ་བརྟེན་པ་དང་། གང་གི་འབྲས་སུ་  
 ཞེས་པས་རྟེན་སྐྱས་ནས་བརྟེན་པའི་མིང་མ་སྐྱས་པར་བརྟེན་པའོ། །བཙོ་ལྷ་  
 པ་གཉིས་ཀ་བསྐྱེད་པས་པའི་གཤམ་ཚིག་གི་དཔེ་བརྟེན་ནི། སུ་ཞིག་གང་དང་  
 འགྲོགས་པ་ཡིས། །བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ནི། །ཐོབ་ཅིང་ཟས་གྱི་དུས་  
 དག་ཏུ། །གལ་ཏེ་མཐོང་ན་འདོར་བར་བྱེད། །ཅིས་འདིར་གཤམ་བྱ་སུ་ཞིག་  
 ཅིས་སྐྱ་དེ་མགོ་བོ་གང་དང་འགྲོགས་པས་སྐྱས་སྐྱན་སོགས་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
 དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཐོབ་ཅིང་། གང་ཟས་གྱི་དུས་སུ་དེ་ཟས་གྱི་ནང་དུ་བྱུང་ན་  
 འདོར་བར་བྱེད། ཅིས་སོ། །འདི་ལ་འདྲ་རྟེན་བརྟེན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་པ་  
 དང་། རྟེན་བརྟེན་པའི་ཚོས་གཉིས་ཀ་འདྲ་བར་བརྟེན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་  
 པའི་ཚིག་གི་རྣམས་པ་འདོན་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དོན་གཉིས་ཀ་སྐྱས་པར་

འདྲའོ། །འདིར་དཔེར་བཅོམ་བཤྲོད་པ། གང་ཞིག་གང་དང་ཕྱད་ན་དེ་ཡི་ཤུགས། །  
 ཁ་ནས་འཇུག་ཅིང་ནམ་མཁའི་ལམ་ལ་འགོ། །མཐར་ནི་རྒྱང་བས་ས་འོག་  
 རྫོང་འབྱེད་བཤྲོད་པ། །འདི་ཡི་ཁ་ལོ་རྒྱུར་ལ་ཁྱོད་འདྲ་དགོན། །ཞེས་མདའ་རྒྱུན་བ་  
 ལ་བསྐྱགས་བ་སྟེ་མདའ་གང་ཞིག་གཞུགས་གང་དང་འཕྲད་ན་གཞུ་དེ་ཡི་ཤུགས་  
 མདའ་ཡི་ཁ་ལོ་རྫོང་ནས་འཇུག་ཅིང་མཁའ་ལ་འགོ་བ་དང་། མཐར་རྒྱང་བ་  
 ལ་འཇུགས་བ་དེ་ཡི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་ལ་ཁྱོད་འདྲ་དགོན་ཞེས་སོ། །  
 བརྒྱ་དུག་པ་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པའི་གཤམ་ཆོག་གི་དཔེ་བཅོམ་ནི། ཏ་ཡ་ག་ཇ་རྩ་  
 ཏ་ཅན། རྩེ་འདི་གལ་ཏེ་མ་རྒྱལ་ན། ལྷ་ཏི་ཀ་མེད་དེད་གྱི་བུ། །འདི་ནི་ཡི་  
 གོ་ཤེས་ཀྱང་རྒྱུ། །ཞེས་པ་འདི་ཡིན་ལ། འདི་ལ་གཤམ་ཆོག་སྐྱ་མ་དག་རི་  
 རྩར་འདྲེས་ཞེན། བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེ་བཅོམ་དེ་ནི། གཤམ་ཆོག་དགུ་བ་  
 མིང་དུ་འདུས་པ་བསྐྱེས་ཤིང་། གཤམ་ཆོག་གཉིས་པ་བསྐྱེས་པ་ཡི་ནི་གཞུགས་  
 དང་རྩན་པས་གཉིས་འདྲེས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གཤམ་ཆོག་གཞན་གྱི་  
 རྣམ་པ་ཡང་འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཆོགས་  
 བཅད་དེའི་གཤམ་བྱའི་དོན། ཏ་སོགས་ཐ་མའི་ཡི་གེ་ལྷ། ཡ་སོགས་བཞི། ག་  
 སོགས་ཀ་སྟེ། ཇ་སོགས་ཅ་སྟེ། རྩ་སོགས་པ་སྟེ། ཏ་སྟེ་དང་། རྩེ་ཡི་རྒྱད་དོད།  
 སེ་ན། ཞེས་པའི་ན་སོགས་ཏ་སྟེ་དང་བཅས་པའི་ཡི་གེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟོག་གི་  
 དབྱེད་ཀྱིས་མཚོན་པས། དབྱེད་ཀས་ལ་གྱི་ཡི་གེའི་སྟེ་འདི་ལས་མ་རྒྱལ་  
 པ་སྟེ་བསྐྱག་མ་རྒྱས་པའམ་མ་ཤེས་ན། ལྷ་ཏི་ཀ་སྟེ་ཡི་གེ་བྱི་མོ་ཅམ་ཡང་

ཤེས་པ་མེད་པ་དང་གྱི་སྤྱའདྲི་ནི་ཁ་ནས་ཡི་གེ་ཡི་སྒྲུབ་གདངས་འབྱེད་པ་ཙམ་  
 ཤེས་ཀྱང་རིག་པའི་གནས་ལ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གའི་ཕྱི་མོ་ཙམ་བསྐྱུག་མི་  
 ཤེས་པས་སོ་ཞེས་བརྗོད་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །འདྲིར་ཡི་གེ་ཞེས་པ་རྟག་པ་རང་སྤྱུང་  
 གི་རིག་བྱེད་ཙམ་ཤེས་ཀྱང་ཞེས་གཞན་དག་གིས་འཆད་དེ། རྟག་པ་རང་  
 སྤྱུང་གི་རིག་བྱེད་ནི་བསྐྱུ་བ་པ་མེད་པར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་བཟའ་བརྟུང་  
 འགོ་འདུག་སོགས་ཤེས་པ་ལྟ་སྤྱལ་བསམ་པའོ། །འོན་ཀྱང་གོང་ལྟར་བཤད་  
 བ་བདེ་བར་མཛོམས། འདྲིར་གཤམ་བྱེད། ཏལ་རྟ། ག་ཇ་སྤྱང་པོ་ཆེ། ལྷ་ཏ་དཔའ་  
 བོའམ་དཔུང་སྤྱུ་ཆུང་ཅན་གྱི་སྤྱེ་འདྲི་ལས་མ་རྒྱལ་ན། ལྷ་ཏི་ཀ་མེད་ཅེས་མ་  
 མེད་པ་དང་གྱི་སྤྱའདྲི་ཡི་གེ་ཙམ་བསྐྱུག་ཤེས་ཀྱང་སྒྲུབ་པའོ། །ཞེས་པར་གོ་  
 བས་མ་མེད་སྤྱེ་སོགས་ཅི་ཡིན་མི་གསལ་བའོ། །འདྲི་ལ་རྟ་སྤྱང་སོགས་ཀྱི་མིང་  
 དུ་མ་བསྐྱེས་པ་དང་། ལྷ་ཏི་ཀ་ཡོངས་གྲགས་མ་ལ་གོ་བས་སྤྱེད་གཉིས་འདྲེས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདྲིའི་དཔེ་གཞན་བརྗོད་པ། འོད་བརྒྱ་སྤྱིད་པའི་མིག་གྱུར་བདུད་  
 ཕྱི་ཅན། ཉི་ཟླ་བསྟན་པས་ཐུན་པ་འགོག་པར་བྱེད། གང་གི་དབུས་སྤྱུ་གང་  
 ཞེས་ཅེན་བྱས་ན། ཟུ་མ་ཏོག་ཏུ་མེ་ཆེན་འབར་བར་དེས། ཞེས་པ་འདྲིའི་  
 ཀླང་པ་དང་པོ་མིང་དུ་འདྲེས་པ། གཉིས་པ་སྤྱེད་དེ། འཇམ་དཔལ་ལ་རྩོ་  
 རྩོ་ཉི་མ་དང་སྤྱེད་པའི་ཉི་མར་གྲགས་པ་དང་། དབྱེངས་ཅན་མ་ལ་ཟླ་བ་འབྲ་  
 བའི་ཆོས་ཀྱིས་དེར་གྲགས་པ་ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདྲིར་ཉི་ཟླ་ཡོངས་གྲགས་  
 ལ་གོ་བ་དང་། བུ་གི་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་ཡང་ཕྱིའི་ཐུན་པར་གོ་བས་སྤྱེད་

བར་བྱེད་པའོ། །

གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་བསྒྲིབས་ནས་གང་ཞིག་གང་གི་ཞེས་སྒྲོས་པ་དེ་ནི་འངམ་  
 དཔལ་ཡབ་ཡུམ་གང་ཞིག་སྟིང་གང་གི་དབུས་སུ་འབྲིལ་སྒྱུར་དུ་ཅེན་པར་  
 བསྒྲུམས་པར་བྱས་ན། ཞེས་སོ། །རྐང་པ་བཞི་པ་ནི་མཐུན་གཟུགས་ཀྱི་གཤམ་  
 ཆོག་སྟེ། ཟ་མ་ཏོག་ནི་སྟིང་དང་མེ་ཆེན་པོ་ནི་ཤེས་རབ་པོ། དེ་བཞིན་སྐར་  
 བརྟན་གཤམ་ཆོག་བཅོ་ལྔ་པོ་དེ་རྣམས་གཉིས་སམ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ཅི་རིགས་  
 པ་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཤམ་ཆོག་འདི་རིགས་རག་  
 པ་ཙམ་དུ་ཤེས་སྒྲ་སྒྲ་འདྲ་ཡང་། ཞིབ་དུ་བརྟགས་ན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་  
 མ་འདྲེས་པར་ཤེས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་དག་སྒྱུར་ཙམ་པ་ལ་སྒོ་ཡངས་པར་གྱུར་  
 པའི་གནད་ཤེས་པ་དཀོན་པར་མཐོང་ནས་འདིར་འགྲེལ་པ་དང་དཔེ་བརྗོད་  
 རྣམས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །གཤམ་ཆོག་འདི་སྒྲ་དོན་གྱི་རྒྱན་  
 གང་དུ་གཏོགས་པ་མིན་ཡང་། བརྟན་བརྗོད་རབ་བརྟག་སྒྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་  
 ཆད་དེ་འདྲ་བ་ཙམ་དང་། གསང་ཆོག་སྒྲ་པའི་སྒྲ་བས་སུ་མཐོ་ཞིང་མཚར་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་དག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་སྟན་དངགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་སུ་འཕྲོས་དོན་དུ་སྒྲོས་  
 པ་འདི་སྒྱིར་སྟན་དངགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཅུང་བས་ན་སྐྱེ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་  
 གཤམ་ཆོག་གི་རྒྱན་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་སྟན་དག་གི་སྒྱོན་བཅུ་གྲང་པ་ལ། མདོར་བརྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས།  
 དང་པོ་སྟན་དག་སྒྱུར་པ་ལ། བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོན་དུ་གྱུར་པ་ནི། དོན་



ཉམས་པ་སྟེ་དོན་དང་བུལ་བ་དང་། དོན་ཐ་སྟེ་འགལ་བ་དང་། དོན་གཅིག་  
 ཡང་ཡང་སྒྲོས་པ་དང་། དོན་དེར་མི་ངེས་པའི་ཐེ་ཚོམ་ཅན་དང་། བརྗོད་ཚུལ་  
 གྱི་སྒྲིན་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་སོགས་ཀྱི་གོ་རིམ་མམ་རིམ་པ་ཉམས་པ་  
 དང་། རྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་སྒྲིན་དུ་གྱུར་བ་བད་སྒྲོད་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པས་སྒྲུ་དམན་པ་དང་། གཅོད་མཚམས་ཉམས་པ་དང་།  
 ཆོགས་བཅད་ལ་སྟེ་བསྐྱོར་གྱི་མཚན་ཉིད་མེད་པས་སྟེ་བསྐྱོར་ཉམས་པ་དང་།  
 བད་སྒྲོད་པའི་གཞུང་ལྟར་མ་བྱས་པས་ཡི་གེ་ཐ་སྟེ་མཚམས་སྐྱོར་ཚུལ་བཞིན་  
 བྱེད་པ་དང་བུལ་བ་སྟེ་དེ་ལྟར་དགྲ་དང་། དོན་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པ་ལ་ཡུལ་  
 དང་དུས་དང་སྐྱུ་ཅུལ་དང་འདྲི་གཏེན་དང་། ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་དང་། གཏན་  
 ཆོགས་ཀྱི་རིགས་པ་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ་ནམ་པ་དུག་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་  
 འགལ་པའི་སྒྲིན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲིན་བཅུ་པོ་དེ་དག་སྒྲིན་དག་གི་ཆོག་  
 ལ་སྒྲིན་དག་མ་ཐོན་གྱིས་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་སྤང་བར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་  
 དམ་བཅའ་བ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་གཏན་ཆོགས་དང་། དེ་ཡི་དཔེ་  
 ཉམས་པ་ཞེས་བརྟོག་གཏེན་གཞུང་སོགས་གཞན་ལ་གྲགས་པ་འདི་ཡང་སྒྲིན་  
 མིན་ནམ་ཞེན། སྐྱོར་དེ་དག་སྒྲིན་ཡིན་མོད། དེ་དག་གི་དོན་གྱི་སྒྲིན་ནི་རིགས་  
 པ་དང་འགལ་པའི་ཁོངས་སུ་འདུ་ལ། སྒྲིན་དག་གི་སྐབས་སུ་བརྗོད་འདོད་  
 གྱི་དབང་གིས་ནམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་སུ་བརྗོད་ཀྱང་ཉམས་མཚར་པའི་གོ་རྒྱུ་ཡོད་  
 ཅིང་། དོན་གྱིས་འགལ་བ་མེད་པ་དུ་མ་ཡོད་དེ། ཟླ་བས་གཞུང་བར་བྱེད་

པ་དང་། བདག་པ་པའི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་འབྲས་སུ་ཐ་བ་སོགས་དང་། རྣམ་  
པ་འགལ་བ་ལྟར་ཆེད་དུ་བསྟན་པའི་འགལ་རྒྱན་སོགས་ལ་དོན་གྱི་འགལ་  
བར་ངེས་པའི་སྒྱུན་མེད་ན། རྣམ་པ་འགལ་བ་ལྟ་བུའི་བརྗོད་ཚུལ་ལས་ཆེར་  
ལ་དམ་བཅའ་སྒྲུབ་བྱེད་དཔེ་སོགས་འགལ་པའི་རྣམ་གཞག་དབྱེད་པར་དཀའ་  
བཞིན་སྒྱུར་བ་དེ་ཡི་འབྲས་སུ་འཇགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། དེའི་བྱིར་འདིར་  
དེ་འདྲའི་སྒྲོས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཤད་པ་སྐབས་སུ་བབས་པ་མིན་པས་མ་བཤད་ལ།  
གལ་ཏེ་དེ་ཡི་ཚུལ་གཤམ་པར་འདོད་ན་རྟོག་གའི་བསྟན་བཅོས་སོགས་ལས་  
རྟོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་མདོར་བསྟན་པའི་རིམ་པ་དང་མཚུངས་པར་བཅུ་  
ལས། དང་པོ་དོན་ཉམས་པ་ནི་རྫོང་བྱེད་གྱི་ཆོག་པམ་ཚུན་ཆོགས་པའམ་འབྲེལ་  
བའི་དོན་གྱིས་རྫོང་པ་གང་ཡིན་པའི་ངག་འབྲེལ་མེད་དེ་ནི་དོན་ཉམས་པ་ཞེས་  
པར་འདོད་དེ། དེ་འདྲའི་སྒྲོས་པ་དང་སྒྱུན་པ་དང་བྱིས་པ་ཡིས་བརྗོད་ན་དེར་  
ཟད་གྱི། དེ་ལས་གཞན་བརྗོད་པ་པོ་ལ་འབྲེལ་མེད་སྒྲུབ་པའི་སྒྱུན་དུ་འགྱུར་  
རོ། །དོན་མེད་གྱི་ངག་དེའི་དཔེར་བརྗོད་པ། སྒྲིམ་སུ་འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འཕྲང་  
བྱེད་དེ། །བདག་ནི་དེ་རིང་ཁོ་ནར་རྒྱ་བས་གཟིར་རོ། །སྒྲིན་འདི་འབྲུག་སྒྲུ་  
རབ་ཏུ་སྒྲོག་པར་བྱེད་དེ། །འཕྲོག་བྱེད་ཁྱབ་འཇུག་ནི། སྒྲུང་པོ་ས་སྒྲུང་དག་  
ལ་དགའོ། །འཕྲོག་བྱེད་ཅེས་པ་སྐབས་འདིར་བརྒྱ་བྱིན་ལ་བཞེད་པ་ཡོད་དོ་  
ཞེས་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་ལ་ཐད་ཀ་ཐད་ཀའི་ངག་ཅི་བྱུང་བརྗོད་པ་ལས།

ཚིག་ཚིགས་པ་དེའི་བརྗོད་བྱ་འདི་ཡིན་གྱི། དོན་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་སྒྱུར་པའི་དགུ་  
ལྟ་བུའོ། །འདི་སེམས་ནལ་དུ་མི་གནས་པའི་དབང་གིས་མངོན་པར་བརྗོད་  
པ་ལ་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ནལ་དུ་མི་གནས་པའི་རང་རྟགས་ཡིན་  
པས་དེ་ལྟར་འབྲེལ་མེད་གྱི་ཚིག་ཅི་ལ་སྒྲུ་ཞེས་བརྗོད་མི་རིགས་པས་སོ། །  
གཞན་དུ་གོང་བརྟན་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུབ་དག་མཁན་པོ་སྒྲུ་ཞིག་གིས་  
སྒྲུབ་འོས་ཏེ་མི་སྒྲུབ་འོ། །སེའུ་བརྟུ་པའི་དག་ཅེས་འབྲེལ་མེད་གྱི་དཔེར་བྱེད་  
པ་དེ་ཡང་འདི་དང་འདྲ་སྟེ་སེའུ་འབྱུ་བརྟུ་གསུམ་དང་འབྱུར་བ་དུག་རི་དུགས་  
གྱི་པགས་པ་རྩའི་གོང་བུ་སོགས་སྒྲུབ་ཅིག་བརྗོད་པའི་ཚིགས་བཅད་ཡོད་  
པ་དེའོ། །

གཉིས་པ་དོན་སྒྲུ་བྱི་འགལ་པ་ནི། དག་ཚིགས་བཅད་གཅིག་གམ་ཚིགས་  
བཅད་དུ་མ་དང་ལྟན་པའི་དག་གི་རྒྱན་ལ་ཡང་། སྒྲུ་མ་ཡི་དོན་བྱི་མ་གཞན་  
གྱིས་འཛོམས་པ་ནི་རང་ཚིག་སྒྲུ་བྱི་འགལ་པའི་དོན་ཅན་ཉིད་གྱི་སྒྱུར་ལ་དོན་  
འགལ་ཞེས་པར་རབ་རྟུ་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། དག་ཡི་རིགས་མཐའ་དག་  
འཛོམས་པ་དང་བྱ་བ་སྒྲུ་ཚིགས་གྱི་ཁུར་ཅན་འདི་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག །འབྱུང་  
པོ་འམ་སྒྱེ་པོ་ཀུན་ལ་བརྟེ་བ་ཅན། །ཁྱིད་ལ་དག་ནི་སྒྲུ་ཡང་མེད་ཅེས་པར།  
དག་འཛོམས་པའི་བརྟེ་མེད་དང་། ཀུན་ལ་བརྟེ་ཞིང་དག་མེད་པ་འགལ་  
པས་སོ། །དམིགས་པས་ལ་མངོན་པར་ཆགས་ལྟན་སེམས་ལ་ནི། འགལ་  
པའི་ཚིག་གི་གོ་སྒྲུབས་དེ་ལྟ་བུ་འགལ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། དག་གང་ལ་འགལ་

བའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་ཀྱང་སྒྲ་བ་མངོན་པར་འདོད་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་གྱི་  
 སྲུང་མེད་ལ་སྲིད་པ་འཛིག་ཏེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལས་སྒྲུང་པའི་གནས་དེ་  
 བྱི་གང་ཟག་ཁྱད་པར་ཅན་འཕགས་པ་དག་གིས་བྱ་བར་ག་ལ་རིགས་ཀྱང་།  
 གཞན་གྱི་ཆུང་མ་དེ་ཡི་སོ་བསྐྱེད་ས་ཏེ་མཆུ་གཡོ་བ་དག་བདག་གིས་ནི་ནམ་  
 ཞིག་མཆུས་སྒྱུར་ཏེ་འཁྱུང་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་རམ་ཞེས་ཆགས་ལྟན་གྱིས་སྒྲས་  
 པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དོན་གཅིག་པ་ནི། བརྗོད་བྱའི་དོན་ཉིད་དམ་ནི་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་  
 ལ་ཡང་དོན་དང་དགོས་པ་ལྟ་བུ་པོར་སྟོན་པའི་བྱེད་པར་ཅི་ཡང་མེད་པས་ན་  
 ཡང་སྒྲ་བརྗོད་པ་གལ་ཏེ་སྒྲར་ཡང་རབ་བསྒྲགས་པ་དེ་ནི་དོན་གཅིག་ཡང་  
 ཡང་སྒྲོས་པར་འདོད་དེ། དཔེར་ན་འདི་ལྟར་སྲིད་པ་དང་སྲིད་པར་བྱེད་པའི་  
 སུམ་རྣམས་དེ་ཡི་ལན་སྲུང་འོད་ཟེར་ཅན་ཆུ་འཛིན་སྟོག་དང་ལྟན་པ་ནི། ཟབ་  
 མོའི་སྒྲ་སྟོག་པ་སྒྲིན་འདི་དག་གོ་ཞེས། སྲིད་པ་དང་སྲིད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་དོད་  
 ལྷུ་དང་ལྷུན་གཉིས་ཀ་སེམས་ཤོར་བའམ་ཡིད་ཆགས་པས་ཡང་ཡང་དྲན་  
 པའི་དོན་དུ་གཅིག་པས་གོ་རྒྱུ་ཐ་དད་མེད་པ་དང་། དེ་ཡི་ལན་སྲུང་འོད་ཟེར་  
 ཅན་གྱི་ཆུ་འཛིན་སྟོག་ལྟན་ཡང་སྒྲིན་ཡིན་ལ། ཟབ་མོ་སྒྲ་སྟོག་ཀྱང་སྒྲིན་ཡིན་  
 པས་ཆོག་པ་ཅན་འདི་ལ་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་གྱི་དོན་སོ་སོ་བ་གོ་རྒྱུ་མེད་པ་  
 ཡང་སྒྲོས་བྱས་པ་ཅམ་དུ་བས་སོ། །དམིགས་བསལ་རྗེས་སུ་བརྟེན་བ་དང་ཁྱོས་  
 པ་དང་ངོ་མཆར་པ་དག་འབ་སོགས་ཁྱད་པར་འཕགས་པ་ལས། གལ་ཏེ་དོན་

འགའ་ཞིག་བརྗོད་པར་འདོད་ན། ཡང་བརྗོད་པའི་སྒྲོས་པ་དང་། འབྲེལ་  
མེད་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་མེད་དེ། རོ་མཚར་བ་དང་ཚོད་པ་དང་། ཁྲོ་དང་  
ལྷུ་དང་ངེས་བཟུང་དང་། །དང་དང་དགའ་བ་རྣམས་ལ་ནི། ཆོག་གཅིག་  
ལན་གཉིས་བརྗོད་པར་བྱ། ཞེས་བརྒྱད་སྟོང་འབྲེལ་ཆེན་དུ་གསུངས་པ་བཞིན་  
ནོ། །དེར་མ་ཟད་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་བྱད་པར་ཅན་འདི་ནི་ཆོག་ཉམས་མཛེས་  
པའི་རྒྱན་དུ་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། འདོད་པ་གང་འདི་སྐབས་མིན་  
པ་སྟེ་རྒྱ་མེད་པར་འཁོན་པ་ཡིས། ལུད་མེད་མཚོག་དེ་བཙམ་པར་གྱུར། །  
ཡན་ལག་ཀྱན་མཛེས་བཙམ་པར་གྱུར། །འཇམ་པར་སྒྲོག་མ་བཙམ་པར་  
གྱུར་ཅེས། དེ་བཙམ་པ་ལ་རྗེས་སུ་བརྟེ་བ་བྱད་པར་ཅན་གྱིས་ཡང་ཡང་བརྗོད་  
པ་ནི། རོ་མཚར་བ་དག་གིས་འདི་མཚར་རོ་འདི་མཚར་རོ། ཨ་ལ་ལ། ཨ་  
ལ་ལ། ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །བཞི་བ་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲིན་ནི། བརྗོད་  
བྱའི་དོན་རྟོགས་པར་བྱེད་པའོ། །ངེས་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་སྒྱུར་པའི་ཆོག་  
རྣམས་ཉིད་གྱིས་གཤེད་ན། ངེས་པའི་འགལ་ལྷ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིད་པར་བྱེད་ན།  
ངག་འདི་ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོན་མི་འགྲུབ་པའོ། །དེར་མ་ངེས་པའི་སྒྲིན་དུ་  
རབ་ཏུ་བཤད་དེ། དཔེར་ན། ཡིད་གྱི་རེ་འདོད་གྱིས་མཛའ་བོ་ལ་དགའ་  
བ་ཡི་རྩལ་དུ་ལྟ་བ་ཡི། འདོད་པའི་རོལ་སེམས་པའི་མིག་གཡོ་བ་ཡི་གྲོགས་  
མོ་དག་དང་། རྒྱུད་ན་འདུག་པའི་མ་ལ་འདིས་འདི་འདྲ་བལྟ་བར་བཟོད་པ་  
ཡིན་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲི་སྟེ། ཅི་ཡི་ཐྱིར་ན་འདིར་རེ་འདོད་གྱི་སྒྲིད་དོད་

མཐོ་ར་ཐ་སྟེ་ཡིད་གྱི་ཤིང་རྩ་ཞེས་ཡོད་ཅིང་། སྤི་ཡ་ཡིད་ལ་འདོད་པ་དང་མཛའ་  
པོ་གཉིས་ལ་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་གང་ཡིན་མི་འབྱེད་པ་དང་། ལྷ་ར་ཏ་ཐག་  
ཉི་རིང་གཉིས་ལ་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་མི་འབྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཨ་དུས་  
ལས་བསྐྱུབས་པའི་ཨ་སོ་ཞེས་པ་ཡང་འདི་ཞེས་མངོན་གྱུར་དང་། དེ་ཞེས་  
ལྟོག་གྱུར་གཉིས་ཀར་འཇུག་པས་གང་ཡིན་མི་བྱེད་པ་དང་། བལྟ་བར་མི་  
བཟོད་པ་འདྲ་ལྟོག་གྱུར་གྱི་ཕྱིར་བལྟ་མི་རུས་པའམ། མངོན་དུ་གྱུར་ཀྱང་ལྟ་  
མི་འདོད་པ་གང་ཡིན་གྱི་ཐེ་ཚོམ་མི་ཆོད་པས་སོ། །ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་ངག་འདི་འདྲ་  
བསམ་བཞིན་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པའི་སྤྲད་ཉིད་དུ་རབ་སྒྱུར་ན། འདི་ནི་རྒྱུན་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་གྱི། དེ་ལ་སྒྲོན་མེད་འདི་ལྟ་སྟེ། ལུས་སྒྲེས་མིན་པའི་གདུང་བ་ཡིས། །  
ཟིལ་གྱིས་མནན་ཁིང་དུས་རྒྱབ་མོས། ཟློས་པའི་མ་སྤྲད་མ་དེ་མཐོང་། ཁྱོད་  
ལ་བདག་གི་རེ་བས་ཅི། ཞེས་པ་འདིར་ལུས་སྒྲེས་མིན་པ་ཞེས་པའི་སྤྲད་དོད།  
ནམ་ཇོ་ཏ། ཞེས་པ་འདི་ཕྱོགས་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཨ་རྒྱ་ལུས་ཇོ་ཏ་  
སྒྲེས་པ། ན་དགག་ཚིག་ཀྱང་བྱས་ནས་ལུས་སྒྲེས་མིན་པ་ཞེས་པ་ལུས་སྒྲེས་འདོད་  
ཆགས་མིན་པ་ཆོད་པའི་ནད་གྱིས་གདུང་བ་ལ་གོ་བ་དང་། ཡང་ན་ལུས་མེད་  
སྒྲེས་གྱི་གདུང་བ་ཡིས། ཞེས་པར་གོ་ན་འདོད་ལྟས་བསྐྱེད་པའི་ཆགས་གདུང་  
གིས་གཟིར་བར་གོ་བས་ཐེ་ཚོམ་སྒྲེ་བ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་གང་ལྟར་ཡང་།  
གདུང་བ་ཡིས་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཁིང་། དེ་འདྲའི་དུས་རྒྱབ་མོས་ཟློས་པའི་མ་  
སྤྲད་མ་དེ་མཐོང་བས་ན། སྒྲེས་བྱ་ཁྱོད་ལ་ཕོ་ཉ་མོ་བདག་གིས་དེའི་གན་དུ་

འབྲུག་གས་པར་རེ་བས་ཅི་བྱ་ཞེ། མཚོག་རྒྱུ་མ་སྒྲུབ་མ་མཛེས་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་  
གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཞེས་གང་གིས་པོ་ཉ་ག་ཏོང་བའི་མཛེས་མ་དེ་འདོད་  
པས་གཟེར་རམ། ཚ་བས་གདུང་བ་ཞེས་པ་གཉིས་ངེས་མེད་དུ་བྱེད་པའི་ཚིག་  
ཡིན་ལ། ཅེད་འཛོའི་དབང་གིས་སྒྲེས་པའི་ཡིད་འབྲུག་གས་པར་ནི་བྱ་བྱིར་  
བར་སྒྲེལ་བའི་པོ་ཉ་མོས་དེ་ལྟར་སྒྲུས་སོ། །

ལྟ་བུ་གོ་རིམ་ཉམས་པའི་སྒྲོན་ནི། དང་པོར་མིང་གིས་མདོར་བསྟན་པའི་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ནི། གལ་ཏེ་དེ་ཡི་དོན་རྗེས་སུ་བསྟན་པར་མ་བྱས་ན། རིམ་  
པ་ཉམས་པར་མདོན་དུ་བརྗོད་པའི་སྒྲོན་དུ་དེ་ནི་བཤད་དེ། དཔེར་ན། འགྲོ་  
བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པ་དང་། སྐྱུལ་དང་འཛིག་རྒྱུ་མ་སྒྲེས་པ། །བདེ་འབྱུང་  
མེད་མེད་ཅུ་སྒྲེས་ཀྱི། སྒྲེ་གནས་ཅན་གྱིས་ཁྱེད་རྣམས་སྤངས། ཞེས་པ་འདིར་  
འགྲོ་བ་རྣམས་སྒྲིད་པའི་རྒྱ་ཚངས་པ། གནས་རྒྱ་བྱུང་འཇུག་འཛིག་པའི་  
རྒྱ་དབང་ལྷག་ཡིན་པར་བཤད་ཀྱང་། འདིར་དང་པོར་སྐྱུལ་པ་འམ་སྒྲེ་པའི་  
རྒྱ་དང་མཐར་འཛིག་པའི་རྒྱ་དང་བར་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་ནི། རང་གི་དོ་བོ་རྒྱ་  
གཞན་ལས་མ་སྒྲེས་པ་རང་བྱུང་གི་བདག་ཉིད་བདེ་འབྱུང་དབང་ལྷག་དང་།  
མེད་མེད་བྱ་བྱུང་འཇུག་དང་། ཅུ་སྒྲེས་ཀྱི་སྒྲེ་གནས་ཅན་ཚངས་པ་ཞེས་སྒྲོས་  
པའི་ཁྱ་ཕྱི་གོ་རིམ་བཞིན་སྤྱར་ན། སྒྲིད་རྒྱ་དབང་ལྷག་འཛིག་རྒྱ་བྱུང་འཇུག་  
གནས་རྒྱ་ཚངས་པར་སོང་བས་རིམ་པ་བྲལ་བའི་སྒྲོན་ཡོད་དོ། །ཁྱ་ཕྱིའི་འབྲེལ་  
བ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུར། གང་ཡང་གལ་ཏེ་དེ་སྒྲོན་བྱེད་ཀྱི་ཚིག་སྒྱུར་བ་

ལ་འབད་པར་བྱས་ན། རིམ་པ་འདས་ཀྱང་སྒྲོན་མིན་པར། །མཁས་པ་རྣམས་  
 བྱི་སྒྲུ་ཉྱེད་པེར། །གཉེན་གཏོང་བ་དགུ་ལུས་གཏོང་དང་། །ཡུལ་གཏོང་ཞེས་  
 བ་གསུམ་པོ་ལ། །དང་པོ་ཐ་མ་ཉོན་མོངས་རིང་། །བར་མ་སྐད་ཅིག་གཏུང་  
 བའོ། །ཞེས་པ་འདིར་བར་མ་ལུས་གཏོང་རྫས་སུ་བཤད་ཀྱང་། ལུས་གཏོང་  
 བ་གཏུང་ཡུན་ཐུང་ལ། །གཞན་གཉིས་ཀྱི་གཏུང་བ་ཡུན་རིང་བའི་འབྲེལ་བ་  
 ཤེས་ནས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལ་སྒྲོན་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དུག་པ་སྒྲུ་དམན་པའི་  
 སྒྲོན་ནི། མཚོན་བྱ་བཀ་སྒྲུར་གང་ལ་མཚན་ཉིད་བད་སྒྲོད་པའི་ལམ་མམ་  
 ཚུལ་མ་མཚོན་པ་སྟེ། བད་སྒྲོད་པའི་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོག་སྒྲུར་དེ་  
 བྱི། སྒྲུ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གིས་མི་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུར་བཏང་སྒྲུ་ཉམས་  
 བ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་། དམིགས་བསལ་དེ་འདྲ་སྒྲུར་རིགས་པར་མཆོག་རྣམས་  
 དག་གིས་བཞེད་པའམ་འདོད་པ་ཉིད་ནི་སྒྲུ་ཉམས་པའི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 དཔེར་ན། ས་གཞི་རྒྱ་མཚོའི་སྐར་རགས་ཅན། རྒྱལ་ཆེན་ཁྱོད་ལ་དཔུང་བ་  
 རྒྱང་། ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཤེས་འདོད་དམ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རུས་པ་མེད་པས་  
 བ། ཆོག་འདི་ལ་ནི་ཡིད་འོང་གི་ཉམས་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །འདིར་རྒྱལ་ཆེན་  
 ཁྱོད་ཀྱི་ཞེས་རྣམ་དབྱེད་དུག་པ་ཐོབ་པ་ལ་བཞིན་པའི་མཐའ་ཅན་དུ་བྱས་པ་དང་།  
 དཔུང་བས་ཞེས་གསུམ་པ་ཐོབ་པ་ལ་དང་པོའི་མཐའ་ཅན་དུ་བྱས་པ་འདི་ལྟ་  
 བུ་བོད་སྐད་རང་གིས་ཀྱང་རྟོགས་རུས་བས་འདི་ཐད་ཀྱི་སྐད་དོད་རྣམས་ལ་  
 རྣམ་དབྱེད་དང་བསྒྲུབ་པའི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་བརྗོད་ན་མང་བས་མ་སྒྲོས་སོ། །



སྒྱིར་སྒྲུ་ཉམས་པ་འདྲ་ཡང་སྒྲུ་ཉམས་མིན་པའི་དམིགས་བསལ་ནི། ལྷ་ཡི་རི་  
 ལས་ཉེར་བཏུང་པའི། རྒྱུད་གིས་རྩ་ཏའི་རྒྱུད་འབྱུང་ནི། རོལ་པར་བསྐྱོད་  
 པ་བྱི་རུ་ཡི། ལྷ་གྲུ་མཛེས་དང་ལྷན་པར་བྱེད། ཅེས་སོགས་བསྐྱེད་བཅས་  
 བདག་ཉིད་ཆེ། ལྷ་ལ་གཡེལ་པའི་སེམས་ལྷན་པ། རྒྲུ་ཉམས་བཞིན་རུ་  
 སྒྲུང་མོད་ཀྱི། རྒྲུ་ལ་བཟང་ཉིད་ནི་གཏོང་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལྷ་ཡི་  
 རི་ལས་ཉེ་བར་བཏུང་པའི་རྒྱུད་གིས་བྱིར་རྩ་ཏའི་རྒྱུད་འབྱུང་ནི་རོལ་སྒྲེག་གི་  
 རྩལ་རུ་བསྐྱོད་པ་ཡིས་བྱི་རུ་ཡི་མདོག་ཙན་གྱི་ལྷ་གྲུ་མཛེས་ལྷན་རུ་བྱེད་དོ། །  
 ཞེས་པ་འདིར་ལྷ་ཡི་རི་ལ་ཞེས་སྒྱིར་བཏང་ནམ་དཔེ་གཉིས་པ་ཐོབ་པའམ་ཡང་  
 བ་བདུན་པ་ཐོབ་པ་འདྲ་ཡང་། འདིར་འབྱུང་ཁུང་གི་དོན་ཙན་ནམ་དཔེ་བཞི་  
 བར་བྱས་པ་ནི། རི་དེ་ལས་འགོ་བའམ་བཏུང་ཅིང་བདར་པའི་དོན་ཡིན་  
 བས་བྱི་མ་གཙོ་ཆེ་བར་བྱས་པ་འདི་འདྲ་བ་ནམས་བདུན་པའི་སྒྱིར་བཏང་  
 གི་ནམ་དཔེ་རྩུང་ཟད་ཤེས་ཀྱང་། བསྐྱེད་བཅས་ཆེན་པོ་ལྷ་པ་ལ་གཡེལ་  
 བ་དག་གི་དོར་སྒྲུ་ཉམས་པ་ལྷར་སྒྲུང་ཡང་། དམིགས་བསལ་གྱི་ཐོབ་རྩལ་  
 བཤད་པའི་བདུན་པའི་གཞུང་ཆེན་པོ་ན་དེ་འདྲ་སྒྱུར་བར་བཤད་པའི་བྱིར་  
 བདུན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་རྒྲུ་ལ་བཟང་གཏོང་བ་མིན་ནོ། །བདུན་  
 པ་གཙོད་མཚམས་སམ་ངལ་བསོ་ཉམས་པ་ནི། ཆོགས་བཅད་ནམས་ལ་བཞི་  
 ལ་སོགས་པ་སྒྲོད་ས་ངེས་པའི་གནས་སུ་བསྐྱེད་པ་ཆོག་གི་གཙོད་མཚམས་དེ་  
 བྱི་ངལ་བསོ་པའི་གནས་ཞེས་པར་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་རི་སྒྲུང་

བཤད་པ་ལྟར་དཔལ་བསོ་བའི་གནས་སུ་མ་སོང་བས་ཉམས་པ་ནི་གཅོད་མཚམས་  
ཉམས་པ་སྟེ། ཚོག་སྒྲུབ་ཀྱི་འཕྲི་བར་གྱི་གཅོད་མཚམས་དེར་མ་ཐོག་པའི་ཕྱིར་དེས་  
ཉན་པ་ཐོ་དགའ་བ་མིན་པ་བསྐྱེད་དེ། དཔེར་ན། ལུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་  
དག་བརྗོད་པའི་ཚོག་རོ་ཉམས་མེད་ལ་འདྲིར། །མཚོག་རྣམས་དང་འགོགས་  
མི་དབང་ཉི་མའི་རིགས་འདིས་ལྟ་བུར་ལ་སོགས་སྟོན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
འདི་འདྲིའི་རྒྱ་རྒྱུད་ཀྱི་སྟངས་ཤེས་དགོས་ཀྱི། བོད་རྒྱུད་དུ་བསྐྱུར་ཟིན་འདྲིའི་  
སྟངས་དཔལ་བསོ་ཉམས་སྒྲུབ་སྟོན་དུ་མེད་དོ། །དེ་ལ་རྒྱུད་པ་གཉིས་པོ་འདྲིའི་  
རྒྱ་རྒྱུད་དེ་ཉིད་ཡི་གེ་བཅུ་བདུན་པ་ཡིན་ལ། དེའི་སྟེང་སྟོར་ནི་དཔལ་འགོ་ཅན་  
ཏེ། མ་ལམ་ན་སུ་རར་ལ་རྣམས་མཚོ་དུས་འཛིག་རྟེན་དཔལ་འགོ་ཅན། ཞེས་  
བཤད་པས། བཞི་དུག་བདུན་ལ་དཔལ་བསོ་དགོས་པ་ལས། འདྲིར་ཡང་དག་  
བརྗོད་པའི་རྒྱུད་དོད་སྟོ་གྲ་ཞེས་པའི་གྲ་ཡི་སྟངས་དུ་དཔལ་བསོ་བཞི་པ་ཐོག་  
བས་མིང་གི་དཀྱིལ་དུ་དཔལ་བསོས་པ་དང་། དེ་ནས་དུག་པའི་དཔལ་བསོ་ཉི་  
མའི་རྒྱུད་དོད་ཨྲ་དེ་ཏ་ཡ་ཞེས་པའི་ཐོག་མར་ཐོག་པ་སོགས་དཔལ་བསོ་ཉམས་  
པ་འདྲི་ལ་སོགས་པ་ནི་དཔལ་བསོ་ཉམས་པའི་སྟོན་ཡིན་ཞེས་སོ། །རོ་ཉམས་  
མེད་ལ་ཞེས་པ་སྐློག་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་ཐུན་ཚོགས་ཉམས་པ་མེད་  
པ་ལ་ཞེས་འགྱུ་མཁན་པ་དང་། ཁ་ཅིག་དེ་འདྲའི་རོ་ཉམས་ཅི་ཡང་མེད་པ་  
ལ་ཞེས་འགྱུ་མཁན་པར་སྒྲུང་དོ། །ཡང་དག་བརྗོད་པའི་ཚོག་ནི་སྒྲུག་ར་སོགས་  
སོ། །ཡང་དཔལ་བསོ་ཉམས་པ་ལྟར་སྒྲུང་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ནི། བྱ་དང་བྱ་

མིན་མ་ཚང་མེད་ལ་ལུང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལྟ་བུ་ཅིང་། མི་བདག་འདི་ཡི་དབང་  
གྱུར་ས་འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ཡིད། ཅེས་བྲང་དོར་ཐམས་ཅད་ལ་  
ལུང་ཉིད་ཀྱིས་ལྟ་བུ་ནི་ལུང་ལས་བཤད་པ་བཞིན་བྱེད་པའོ། །གཞན་གོ་སྒྲ།  
འདིར་ཡང་སྡེབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མ་དང་མཚུངས་པ་ལས། དུ་དང་བྱ་མིན་གྱི་སྐད་དོད་  
ཨ་ཀར་ན་ཞེས་པའི་ལྟ་བུ་ལ་ཡོག་པས་ཡ་ལྟག་མར་ལུས། མ་ཚང་མེད་པ་  
ནམས་ལ་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཨ་བི་ཀ་ལུ་ཞེས་པའི་ལྟ་བུ་ལ་སྡོད་པས་ཡ་ལྟག་  
མར་ལུས་པ་དེ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེའི་ལུས་འགྱུར་  
དེ་དག་ལྟག་མར་ལུས་ཀྱང་མིང་མཐའ་ཡར་ཐོབ་སྟེ་མིང་མཐའ་དངོས་མ་ལུས་  
བས་ངལ་བསོ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་སོ། །

འདི་ལ་དབང་ལོས་དེ་ནི་བརྗོད་འདོད་ཅུ་བས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་དེ་  
གཉིས་ལ་བྱེད་ཡོད་ཅེས་མཁས་པ་དག་གསུངས་པ་ལྟར་ལེགས། བཤད་  
མ་ཐག་པ་ལྟ་བུ་ལ་ངལ་བསོ་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། རི་ལྟར་རྣམ་དབྱེ་  
བྱིན་ཀྱང་ཆོག་མཐའ་སྟེ་རྣམ་དབྱེའི་གཟུགས་འགྱུར་ཕྱིས་པ་ལ་ལྟག་མའི་མིང་  
མཐའ་དེ་ཉིད་ཆོག་ཉིད་དུ་ངེས་པ་དེ་བཞིན་རྣམ་དབྱེའི་གཟུགས་འགྱུར་མ་  
ཕྱིས་པའི་ཡ་སོགས་པ་རོལ་དུ་ལྟག་མར་ལུས་ཀྱང་། རྣམ་དབྱེ་དང་མཚམས་  
སྒྲུབ་ཟིན་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་མཐའ་ཅན་སྒྲུབ་པ་དེ་ཡང་ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་  
ཡིན་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཙོད་མཚམས་དེ་ལྟ་བུ་  
ཅན་ནི་རྣ་བར་རྩུབ་པས་ན་སྒྲུབ་དག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་དག་དེ་འདྲ་མི་སྒྲུབ་

ཏེ། དཔེར་ན། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་རྒྱལ་མཆོན་ཅན། ཏོག་གིས་ཁུ་འཛིན་བསྐྱལ་  
ཞེས་འདིའོ། ཞེས་པ་འདིའི་རྒྱ་སྐད་དུ་ཏོག་གི་སྐད་དོད་ཀེ་ཏུ་མིན་པ་ལ་དེའི་  
དགྱེལ་ནས་བཅད་དེ། ཀེ་ཆོག་རྒྱུ་དང་དོའི་མཐའ་དང་། རྒྱ་གཉིས་པའི་ཐོག་  
མར་ཡོད་པ་འདི་ལྟ་བུའི་ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྒྱལ་མཆོན་མཐོ་བས་ནམ་མཁའི་  
སྒྲིན་པ་སྐྱལ་ཞིང་བསྐྱོད་པ་བརྗོད་པའི་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་དཔེར་མཛད་  
པའོ། ། བོད་སྐད་དུ། མི་ཡི་བདག་པོ་དེ་ཡི་རྒྱལ། མཆོན་གྱིས་སྒྲིན་ལ་རིག་  
པའོ། ། ལྟ་བུར་ནམས་རྒྱལ་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་ཁྱིམ་གྱི་མེ་ཆ་གཏུང་ཆེ་བས་  
གངས་ཀྱི་རི་ཁྲ་བར་བྱེད་དོ། ། ལྟ་བུ་ཡང་བཅད་མཆོམས་ཀྱི་དབང་གིས་ན་  
བར་རྒྱལ་བས་དེ་ལྟར་མི་སྦྱར་བར། ཁྱིམ་གྱི་མེ་འདིའི་ཆ་གཏུང་གིས། ། གངས་  
ཀྱི་རི་ནམས་ཁྲ་བར་བྱེད། ལྟ་བུར་སྦྱར་བར་བྱའོ། །

བརྒྱུད་པ་སྒྲེབ་སྦྱོར་ཉམས་པའི་སྒྲིན་ནི། གང་དུ་ཡི་གེ་དུག་པ་ལ་སོགས་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་ཆད་པའམ་ལྟག་པར་གྱུར་བ་དང་། ལྷི་བ་དང་ཡང་བའི་  
མཆོན་ཉིད་གཏུང་ལས་རི་སྐད་བསྐྱོན་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་མི་གནས་པ་དེ་  
ནི་སྒྲེབ་སྦྱོར་ཉམས་པ་སྟེ། སྒྲིན་འདི་སྒྲིན་དག་ལ་ཤིན་ཏུ་སྦྱང་པའོ། ། དེ་རི་  
ལྟར་ན་ཡི་གེ་བརྒྱུད་པ་རྗེས་བསྐྱུགས་ལ་ཡི་གེ་བདུན་དུ་གྱུར་ན་ཅུང་བ་དང་།  
དགུ་བར་གྱུར་ན་ལྟག་པ་ཡིན་པའི། དཔེ་བརྗོད་རིམ་བཞིན། རྒྱ་བའི་འོད་  
ཟེར་བསེལ་བས་རིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་ཅུང་བ་ཉིད་དེ། འདིའི་རྒྱུ་དང་  
པོ་ལ་རྒྱ་སྐད་དུ་ཡི་གེ་བདུན་ལས་མེད་པས་བོད་སྐད་དུ་དུག་གྱུང་ངོ། ། བཅུ་

ཀླུ་རའི་ལོ་འདབ་གསར་པ་རྒྱལ་མ། སྒྲུབ་ཞེས་ཡི་གེ་ལྟག་པའོ། །ཞེས་འདི་འི་  
 ཀླུ་པ་སྒྲུ་མར་རྒྱ་སྐད་ལ་ཡི་གེ་དགུ་ཡོད་པས། བོད་སྐད་དུ་ཡང་དགུ་བྱས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པས་མདའ་ཚོན་རི་དྲགས་མིག་ཅན་ལ། རྒྱུ་པར་འཕངས་  
 ཞེས་ཕྱི་བ་ཇི་བཞེན་མིན། །ཞེས་པ་འདི་ཉིད་རྒྱ་སྐད་དུ་ཡི་གེ་བཅུ་གཅིག་པ་  
 རྟེན་སྒྲུབ་ཉིད་བར་པོ་རྩེ་ཅན་ཡིན་པས། ཡི་གེ་དང་པོ་ཡང་དགོས་ཀྱང་ཀླུ་  
 རིང་པོར་བྱས་པས་ཕྱི་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞེན་དུ་གནས་པ་མིན་པའི་སྒྲོན་བྱུང་ངོ་། །  
 མཛེས་པའི་མིག་ཅན་དག་ལ་ཕྱོས་བྱེད་ཀྱི། །མདའ་བསྐྱེད་ལྟར་ཞེས་ཡང་  
 བ་ཇི་བཞེན་མིན། །ཞེས་པ་འདི་རྒྱ་སྐད་དུ། རྟེན་སྒྲུབ་དབང་པོ་རྩེ་ཉིད་དུ་  
 བྱས་པ་ཡིན་ཡང་། དེའི་དང་པོ་ཕྱི་བ་ཡིན་དགོས་པ་ལ། འདིར་མ་དཀ་ཞེས་  
 པའི་མ་ཡང་བས་ཡང་བ་གཞུང་ལས་བཤད་པ་ཇི་ལྟ་བ་མིན་པ་ཡི་སྒྲོན་ཡོད་  
 པའི་དཔེར་བཞིན་དོ། །

དགུ་པ་མཚམས་སྒྲུབ་ཉམས་པའི་སྒྲོན་ནི། ཡི་གེ་རྒྱམས་མཚམས་སྒྲུབ་ཉི་  
 བསྐྱེད་པ་བཞིན་པར་མི་འདོད་དེ། ཡན་ཚུན་སོ་སོར་བཞིན་དོ་ཞེས་ཆོག་སྒྲུ་  
 ཕྱི་ལ་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་རྒྱུ་བཅད་ཀྱི་མཚམས་སྒྲུབ་ཐོབ་ཀྱང་མ་སྒྲུབ་  
 བར་མཚམས་སྒྲུབ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ། ཡ་ཕྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་མཚམས་  
 སྒྲུབ་མི་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་དེ་ནི་མཚམས་སྒྲུབ་བྲལ་བ་ཞེས་སྒྲུ་མཁས་  
 པ་དག་གིས་བསྟན་ཏོ། །དེའི་དཔེ། མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡང་། །  
 རྒྱུད་ནི་དལ་བྱར་རྒྱ་བ་ཡིས། །བྱད་མེད་འགྲམ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ། །རྩལ་

གྱི་ཚུ་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད། ཅེས་པ་གོ་སྤྲོད་ཞིང་། ཆོག་པ་བཅད་འདིའི་རྒྱ་  
 རྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་པ་དང་པོའི་མཐར་རྒྱ་བའི་རྒྱ་དོད་ཅ་ར་ཏུ། གཉིས་པའི་ཐོག་  
 མར་ཨརྒྱ་ན་ཡོད་པ་མཆོམས་སྦྱོར་ཐོབ་ཀྱང་མ་སྦྱར་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་རྒྱ་  
 དཔེར། རྒྱ་པ་རྒྱ་མ་གཉིས་སྦྱེལ་ནས་དེ་རྩོགས་མཆོམས་ཤད་གཅིག་དང་།  
 བྱི་མ་གཉིས་སྦྱེལ་མཐར་ཤད་གཅིག་སྟེ་ཆོག་པ་བཅད་གཅིག་ལ་མཆོམས་སྦྱ་  
 ཤད་གཉིས་འབྱུང་བས། ཤད་ཀྱིས་ཆོད་པ་དག་གི་རྒྱ་བྱི་མཆོམས་མི་སྦྱོར་ཏེ་  
 རང་སོར་འཛོག་པ་ཡིན་ནོ། །མཆོམ་མོ་འདི་ལ་ཞེས་འདི་འདྲ། །མཁས་པས་  
 ཉམས་པར་རིག་མི་བྱེད། ཅེས་པ་མཆོམ་མོ་འདི་ལ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱད་རྒྱ་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར། ལྷ་སྦྱ་ར་ཞེས་བྱུང་བ་དེ། ཆོག་པ་བཅད་རྒྱ་མའི་མཐར་  
 སྦྱ་སེལ་བྱུང་བ་ལ་མཆོམས་མ་སྦྱར་བ་ནི་ཆོག་པ་བཅད་ཀྱི་མཆོམས་ཡིན་པས་  
 མཁས་པས་མཆོམས་སྦྱོར་ཉམས་པར་རིག་པར་མི་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོ། །  
 བཅུ་པ་གོང་དུ་ཡུལ་སོགས་དང་འགལ་བ་གསུངས་པ་དེའི་དོན་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཡིན་ཞེ་ན། རི་དང་ནགས་དང་ཡུལ་ལ་ཁོར་དང་རྩེ་དང་འབྱུང་ཁུངས་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་ཡུལ་ལོ། །ཉིན་མཆོན་དང་དུས་དུག་དང་དུས་བཞི་ལ་སོགས་  
 པ་དུས་སོ། །ཡུལ་ལ་ལོངས་སྦྱོད་པའི་འདོད་པའི་དོན་ལ་བརྟེན་པ་ཡི་གར་  
 དང་སྤྱ་སོགས་ལུས་དག་གི་སྦྱ་རྩལ་ཏེ། འབྱུང་པོ་རྒྱ་པ་སེལ་ཕན་དང་། མི་  
 རྒྱ་བའི་དངོས་པོ་སྦྱོད་ཀྱི་འཇུག་པ་འཇུག་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིག་ཕན་ནོ། །  
 རིགས་པ་ནི་རྒྱ་བ་བྱེད་གཏན་ཆོག་པ་རིགས་པ་ཡི་བདག་ཉིད་དོ། །ཐོས་པ་དང་

བཅས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ལུང་དུ་གསུངས་པ་ལུང་ཉིད་དེ། སྒྲུབ་དག་མཁན་  
 གོ་གང་ཞིག་ལེགས་པར་བསྒྲིམས་ཏེ་མི་རྟག་པའི་བག་མེད་པ་ལས། དུག་  
 གོ་དེ་དང་དེར་ཇི་ལྟར་གྲགས་པ་བཞིན་མིན་པར་གཤམ་ཏེ་རབ་ཞུགས་ན། འདི་  
 བྱི་ཡུལ་སོགས་འགལ་ཅས་བརྗོད་དོ། །དེ་དག་གི་དཔེ་བརྗོད་རིམ་པར་  
 བསྟན་པ་ལས། ག་ལུར་རྒྱུང་ལ་རེག་པའི། མ་ལ་ཡ་རྒྱུང་བྱི་བཟང་  
 ཅན། ཅེས་པ་རི་ཡི་གནས་ཚུལ་དང་འགལ་ཏེ། མ་ལ་ཡའི་རི་ལ་ག་ལུར་གྱི་  
 ཤིང་མེད་པས་སོ། །ཀ་ལི་དྲ་ཡི་ནགས་སུ་སྒྲེས་པའི་སྤང་པོ་ནི་རི་དུགས་ཀྱི་  
 རིགས་ཅན་མང་པོ་ཞེས་པ་ནགས་དང་འགལ་ཏེ། ནགས་དེ་ན་སྤང་པོ་ཆེ་སྟེ་  
 དྲ་ཞེས་པའི་རིགས་མང་གི་ རི་དུགས་ཀྱི་རིགས་མི་མང་དོ། །ཉི་ཤུགས་ཙུ་  
 ལ་གོ་ལ་ཞེས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཆུ་རྒྱུང་ཀླ་པེ་རྩེ་ཞེས་པའི་འབྲམ་རོགས་ཀྱི་སའི་  
 ཆར་ཨ་ག་རུ་ནི་ནག་པོ་ལོ་མ་སྟོ་བས་བྱབ་ཅེས་ཆུ་རྒྱུང་དང་འགལ་ཏེ་དེ་ན་  
 ཨ་གར་མེད་པས་སོ། །ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགལ་བ་ཡི་ཚིག་གི་འདུག་པ་ནི་  
 བཤད་མ་ཐག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུས་དང་འགལ་བའི་དཔེ་ནི། བསྟོ་  
 ཅན་ནི་མཚན་མོ་རྒྱས། ཉིན་པར་ཀུ་མུད་ལྡན་པ་གསལ། ཞེས་བསྟོ་ཅན་དང་  
 ཀུ་མུད་ལྡན་པ་ནི། དེ་དག་གི་ཡུ་བའི་ཤིང་རྒྱས་པ་ལས་མེད་ཏོག་ཁ་སྟེ་བ་ལ་  
 འཆད་པ་འདྲ་སྟེ། ལྡན་སྒྲས་དེ་དག་གི་ཚལ་བྱས་ཀྱང་རུང་སྟེ། བསྟོ་ཉིན་  
 མོ་ཁ་སྟེ་ཀུ་མུད་མཚན་ཁ་སྟེ་བ་དང་འགལ་བ་ནི་ཉིན་གྱི་དུས་དང་འགལ་བའོ། །  
 དབྱིད་ནི་ནི་རྩུ་ལ་རབ་རྒྱས། ཁོས་ཀ་དག་ནི་སྒྲིན་གྱིས་གཏོབས། །ངང་པའི་

སྒྲིལ་དབྱར་མཉན་འོས། རྟོན་ནི་མ་བྱ་ཕྱོས་པ་སྟེ། དགུན་སྟོང་ཉི་མ་དྲི་མ་  
མེད། དགུན་ནི་ཅན་ཅན་བསྐྱུགས་པར་འོས། ཞེས་པ་དུས་དྲུག་དང་འགལ་  
བ་སྟེ་དབྱིད་ནི་རྩ་ལའི་གིང་ཁ་འབུམ་གྱི་མེ་ཏོག་རྒྱས་སོ། རོས་ཀ་ཆར་སྒྲིན་  
མེད་པ་དང་། དབྱར་དང་བ་སྒྲིན་མི་བསྐྱུགས་པ་དང་། རྟོན་ཆར་སྒྲིན་དང་  
འབུག་སྒྲིན་ཞན་པས་མ་བྱ་མི་ཕྱོས་པས་སོ། དགུན་སྟོང་ཉི་མ་རྒྱུད་དང་དུལ་  
གྱིས་བསྒྲིབས་པས་དྲི་མ་མེད་པ་མེན་པ་དང་། དགུན་སྒྲིད་ཅན་ཅན་གིང་གི་ཡལ་  
ག་དང་མེ་ཏོག་མི་རྒྱས་གིང་། གྱིབ་བསེལ་ལ་མི་རེ་བས་བསྐྱུགས་པར་འོས་  
པ་མེན་པས་སོ། ཞེས་པ་འདི་འདྲ་དུས་དང་ནི། འགལ་བའི་ལུགས་དག་  
བསྟན་པ་ཡིན། རྒྱ་རྩལ་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ། རྩུང་ཟད་བསྟན་པར་  
བྱ་སྟེ་དཔེར། དཔལ་དང་སྤྲིག་པའི་ཡིད་བྱེད་གྱི། གནས་ཅན་ཁོ་དང་ཡ་  
མཚན་ནོ། དབྱངས་བདུན་རྣམས་པ་འདི་དག་ནི། ཐུང་དང་ལམ་དུ་རབ་ཏུ་  
འཇུག། འདི་ལྟར་རྒྱ་རྩལ་དྲུག་ཏུ་བཞིར། འགལ་བ་ལུགས་པར་རྟོགས་  
པར་བྱ། རྒྱ་རྩལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས། ཉེ་ཡི་རང་བཞིན་གསལ་བར་  
འགྱུར། ཞེས་གནས་ཞེས་པ་ཡིད་བྱེད་དེ་ཉམས་བརྒྱད་པོའི་རྒྱ་ཡིད་གྱི་ཀུན་  
སྟོང་འགའ་ཞིག་ལུས་དག་གི་ཉམས་སུ་མ་ཐོན་པའོ། སྤྲི་ཡི། ཞེས་པ་གནས་  
ཅན་ཉེ་ཡིད་བྱེད་དེ་ལས་སྤྲིས་པའི་ཉམས་བརྒྱད་པོའི་སྤྲི་མིང་འོ། ཉེ་ལ་ཁོ་  
བའི་ཡིད་བྱེད་ལས་དྲག་ལུལ་གྱི་ཉམས་དང་ཡ་མཚན་པ་ལས་མེད་ལྟར། དགའ་  
བས་སྒྲིག་པ། སྟོ་བས་དཔལ་བ་སོགས་རྒྱ་འབུམ་མ་ནོར་བར་འབྱུང་དགོས་



པ་ལས། འདིར་དཔའ་བའི་ཡིད་བྱེད་གྱི་གནས་ཅན་ཁྱོད་དང་། སྒྲིག་པ་ལ་  
 ཡ་མཚན་པ་སྦྱར་བས་འགལ་བའོ། །ཞེས་བཤད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ན། ཁྱོད་དང་ཡ་  
 མཚན་ཡིད་བྱེད་གྱི། གནས་ཅན་དཔའ་དང་སྒྲིག་པའོ། །ཞེས་སྦྱར་ན་འགྲིག་  
 གི་གོང་ལྟར་ན་ཆོག་ལྟས་འགྲིག་ཅུང་དཀའོ། །འདི་ལ་འགྱུར་སྒྲུབ་པོ་བ་  
 ཐ་དད་དུ་བྱང་བར་འདུག་སྟེ། ཡང་ན་སྒྲིག་སྟགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཉམས་  
 བརྒྱད་ལ། གནས་ཞེས་གོ་ནས། གནས་ཅན་དེའི་རྒྱ་ཁྱོད་པ་སྟགས་ལ་གོ་ན།  
 སྒྲུབ་ལྟར་བརྗོད་ཅུང་མོད། མདོར་ན་ཡིད་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པས་ཉམས་དེ་དང་དེའི་  
 འགྱུར་གནས་ཡིན་ལ། དེ་ལས་སྦྱང་བའི་ཉམས་བརྒྱད་གནས་ཅན་འབྲས་  
 སུར་གོ་དགོས་པས། དེ་ལྟར་ན་དཔའ་དང་སྒྲིག་པའི་ཡིད་བྱེད་གྱི་གནས་སྦྱ་  
 སྦྱར་པ་ཅན་ནི་ཞེས་འབྱུ་སྟོན་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ་དབྱང་། གོ་རྒྱའི་དོན་སྒྲིག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་དགའ་བ་སྟགས་ཡིན་པ་དེ་མ་ནོར་བར་སྦྱར་ན་མི་འགལ་ལ།  
 རོར་བར་སྦྱར་ན་འགལ་བ་ཡིན་ལོ། །ཤོང་འགྱུར་དུ། དཔའ་དང་སྒྲིག་པ་  
 དག་གི་དངོས། །བརྟན་པ་ཁྱོད་དང་ཡ་མཚན་ལོ། །ཞེས་བསྒྱུར། དབྱངས་  
 བདུན་ནི། དང་སྟོང་། ས་འཛིན། དུག་སྒྲིལ། བར་མ། སྒྲོ་གསལ། ལྷ་པ།  
 འཁོར་ཉན་ཞེས་པ་བདུན་ལོ། །དེ་བདུན་འདྲེས་གིང་རྫོགས་པ་སྟན་པའི་ཚད་  
 མིན་ལ། འདིར་དང་པོ་དབྱངས་བདུན་རྫོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཞེས་ཁས་བླངས་  
 བས་དེའི་རྗེས་སུ་ཐ་དད་ལམ་དུ་རབ་ཏུ་འཇུག་ཅེས་བཤད་པ་འགལ་ཞེས་  
 ཁམས་འབྲེལ་དུ་གསུངས། དེ་ཡང་། ཟེད་མེ་རྩོམ་པས་བྱང་བ་ནི། །ལྷ་

པ་དང་ནི་བར་མའི་དབྱངས། །དཔའ་བོ་དྲག་བོ་རོ་མཆར་དུ། །དྲག་སྒྲིམ་ཁྱུ་  
མཆོག་དེ་བཞིན་ནོ། །ས་འཛིན་པ་དང་འཁོར་ཉན་དབྱངས། །སྤྱིང་རྗེའི་རོ་  
ལ་སྤང་བར་བྱ། །འཐབ་མོ་འཛིགས་དང་བཅས་པ་ལ། །སློགས་ལ་དབྱངས་  
ནི་སྤང་བར་བྱ། །ཞེས་བཤད་པས། །དབྱངས་རང་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་དང་  
འབྲེལ་དགོས་པ་ལས། །སྤྱིང་རྗེའི་ཡུལ་ལ་སློགས་ལ་གྱི་དབྱངས་ལེན་པ་ལྟ་  
བུ་རྒྱ་རྩལ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པས། །དབྱངས་བདུན་ཀ་གཅིག་ཏུ་རྫོགས་པ་  
ཡུལ་ཐ་དད་ལ་ལེན་པ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱ་རྩལ་དྲག་རྩལ་གྱི་བྲག་དབྱངས་བདུན་  
དང་འགལ་བའོ། །རི་རྒྱུད་བཤད་པ་འདི་རྣམ་རྒྱ་རྩལ་དྲག་རྩལ་བཞི་དང་  
འགལ་བ་ལེགས་པར་རྫོགས་པར་བྱའོ། །

རྒྱ་རྩལ་དྲག་རྩལ་བཞི་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཞེན། །རྒྱ་རྩལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་  
ཞེས་པའི་གཞུང་ལེན་བཞི་པ་ཞིག་སློབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་ནིད་གྱིས་མཛད་  
པ་དེ་ལས་རྒྱ་རྩལ་དེ་ཡི་རང་བཞིན་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ། །སྤྱིར་  
ལུས་ངག་གི་རྒྱ་རྩལ་ལ་རྣམ་པ་གིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། །འཕགས་ཡུལ་  
སོགས་སུ་ཡོངས་གྲགས་རྒྱ་རྩལ་དྲག་རྩལ་བཞི་ནི་བཟོ་ལ་སོགས་པར་གཏོགས་  
པ་སྟུམ་ཅུ། །རོལ་མོའི་གྱེ་བྲག་བཙོ་བརྒྱད། །སྤྱི་དབྱངས་གྱི་རེས་པ་བདུན།  
གར་གྱི་ཆ་བྱད་དགུ་སྟེ་དྲག་རྩལ་བཞིའོ། །དེའི་དང་པོ་སྟུམ་རྩ་ནི། །ཡི་གེ་  
ལག་ཅིས། །གངས་དང་། ཅིས་ཆེན། ཐོར་ཚུགས། ཤོམ་སྟབས། ལྷགས་  
ཀུས་བསྐྱར་བ། །རལ་གྱིའི་ཐབས། །ཞགས་པས་གདབ་པ། །མདའ་བོ་ཆེ་འཕེན་

པ། མདུན་དུ་བསྐྱར་བ། སྒྲིབ་བསྐྱར་བ། བཅད་པ། དལ་བ། དབུག་པ།  
 སྒྲིབ་ནས་འཕྲོག་པ། སྒྲུབ་གྲག་པར་འཕྲོག་པ། གནད་དུ་འཕྲོག་པ། མི་འཚོར་  
 བར་འཕྲོག་པ། ཚབས་ཆེ་བར་འཕྲོག་པ། མཚོངས་པ། བྱང་གི་འཛིན་སྟངས།  
 བར་འཕྲོགས། རྒྱལ་བ། བཀལ་བ། སྒྲུབ་པོ་ཆེའི་གཉེན་ཞེས་པ། ཏུ་ལ་ཞེས་པ།  
 ཤིང་རྟའི་ཐབས། མདའ་གཞུ། བྱང་སྟོབས་དང་སྒྲུམ་ཅུའོ། །གཉིས་པ་རྩལ་  
 མོའི་བྱེ་བྲག་བཅོ་བརྒྱད་ནི། ར་པོ་ཆེ། ར་ར་དགྲུས་མ། ར་དགྲུས་མ། ར་  
 རྒྱལ་ལག་ར། ལམར་ར། བི་མི་རྒྱུད་གཅིག་པ། ར་ར་ཁ་གཅིག་པ། ར་ར་  
 ཆེན་པོ། ལྷགས་གྱི་སིལ་ཁོལ། ལར་དགོལ། བི་མི་རྒྱུད་གསུམ་པ། བི་མི་  
 རྒྱུད་བདུན་པ། ར་སྒྲུ་ཀླ། སིལ་སྟན། སྒྲུ་དབྱངས། ཐེག་དོབ། ར་རྒྱུང་།  
 སྒྲིབ་བྱང་བཅོ་བརྒྱད་དོ། །སྒྲུ་དབྱངས་གྱི་རེས་པ་བདུན་ནི། བར་མ། དང་  
 སྟོང་། ས་འཛིན། དུག་སྒྲིས་སམ་དུག་ལྟན། ལ་པ། སྒྲོགས་ལ། འཁོར་ཉན་  
 བདུན་ནོ། །ལར་གྱི་ཆ་བྱང་དགུ་ནི། རྒྱེག་པ། དཔའ་བ། མི་སྒྲུག་པ། དག་  
 རྒྱལ། བཞད་གད། འཛིགས་ཅུང་། རྒྱིང་རྗེ། རམ་པའམ་རོ་མཚར་བ། ཞི་  
 བདང་དགུའོ། །འདི་རྣམས་སོ་སོའི་རེས་ཆ་བཞད་པ་མ་མཐོང་ཡང་པལ་ཆེར་  
 གོ་སྒྲུལ། དཔེ་ལ་ལར་སྒྲུ་རྩལ་ཡང་དང་པོ་སྒྲུམ་ཅུའི་གྲངས་སྒྲུ་བརྩིས། བར་  
 རྒྱལ་གཅིག་ཏུ་བརྩིས་འདུག་ཀྱང་སྒྲུ་རྩལ་སྒྲིམ་ཡིན་ཞིང་། དབྱེ་གཞི་ཡིན་  
 པས་རེ་བཞིའི་གྲངས་སྒྲུ་མི་བརྩི། བར་ཞེས་པ་བརྒྱག་པ་དང་རྒྱལ་ཞེས་པ་  
 རྩལ་རྒྱལ་བ་སྟེ་སོ་སོར་བརྩིའོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དང་། ལག་རྩིས་ཞེས་

པ། ཅིས་སྤོང་ལག་པའི་སྤྱི་དུ་བཅིས་ཆོག་པ། གྲངས་ཅན་ནི་གྲངས་ཅིས་  
དགྲ་མཐའ་ཤེས་པ་ལྟ་བུ། ཅིས་ཆེན་པོ་གཟའ་སྐར་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་  
བཅི་བ། ཐོར་ཅོག་བཅིངས་པ་དང་། གོམ་པ་འདོར་སྟབས་དང་། མཆོངས་  
པ་དང་། ཤེད་འཐབ་ཆོ་གྲང་གྱི་འཛིན་སྟངས། རྒྱ་སོགས་ལ་བཀལ་བ། ཤེད་  
སྤྱངས་ཏེ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ། ཏྲ་དང་སྤྱང་པོ་ཞོན་པ་ལ་སྤྱངས་པ། ཤིང་  
ཏྲ་འདྲིན་པ་སོགས་གྱི་ཐབས། མདའ་གཞུ་འགོངས་པ། མདའ་པོ་ཆེ་འཕེན་  
པ། མདུན་དུ་འཕྲ་སྤར་བ་སྤྱར་བ་དང་ཕྱིར་བ་སྤྱར་བ། ལྷགས་རྒྱ་འདེབས་  
པ་དང་རལ་གྱི་དག་གི་འཕྱུལ་ཐབས་དང་ཞགས་པ་འདེབས་པ་ལ་བྱང་བ། རལ་  
གྲིས་བཅད་པ་དང་དྲལ་བ། མདུང་གིས་འཕུག་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཤིང་  
སོགས་དངོས་པོ་བཅད་པ་དྲལ་བ་འཕུག་པ་ལ་བྱང་བ་པལ་ཆེར་ཤིང་བཟོ་དང་  
ལྷགས་བཟོའི་ལས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ་འདིར་རྒྱལ་རིགས་ལ་མཁོ་བ་མཚོན་ཆའི་  
རྒྱ་ཅུལ་གཙོ་བོར་བྱས་པ་འདྲའོ། །མདའ་འཕེན་པ་ལ་འཕོང་གི་གནས་ལྟ་  
ལ་བྱང་བ་ཞེས། དང་པོ་བ་ལང་གི་ཚུར་པ་སོགས་འཕེན་དུ་བྱས་ནས་སྤྱངས་  
པས། རིམ་བས་བསྐྱིམ་ན་སོག་པ་དང་། དེ་ནས་བསྐྱིམ་མི་དགོས་པར་སོག་  
པ་འབྱུང་ལ། ད་དུང་སྤྱང་བས་རྒྱུང་རིང་བོར་སོག་པ་དང་། གང་ལ་འཕངས་  
གྲང་མི་འཚོར་བར་སོག་པ་དང་། གང་ལ་གཏད་ས་ལྟར་གནད་དུ་སོག་པ་དང་།  
ལྷགས་སམ་ཚབས་ཆེ་བར་སོག་པ་དང་། གཟུགས་མ་མཐོང་ཡང་སྤྱོད་གྲགས་  
པ་ལ་གཏད་ནས་འཕང་བས་སོག་པ་བྱུང་བ་འཕོང་གི་གནས་ལྟ་བུ་དང་པོ་ཡིན་

ནོ། །རྩ་རྩ་དང་པེ་མི་དང་རྩ་ཡི་བྱེ་བྲག་རྒྱུ་སྒྲུབ་སོ་སོའི་བཟོ་དབྱིབས་མི་འདྲ་  
 བ་དེ་རྒྱུ་སྒྲུབ་དང་། བསྐྱེ་སྒྲུབ་ཁར་དགྲོལ་ཞེས་པ་འདི་ལ་ལས་ལ་ཁར་བའི་སིལ་  
 ཁྲོལ་ཞེས་བྱས་འདུག་སྟེ་ཁ་ཡི་ཐད་དུ་དགྲོལ་པའི་ཆ་བྱད་ཆུང་ཆུང་ཡོད་པས་དེ་  
 འདྲའམ་དུང་སོགས་ཁ་ནས་འབུད་པའི་རིགས་ཡིན་ནམ་སྒྲུབ་སྟེ་དབྱད། སིལ་  
 ཁྲོལ་ནི་ཆ་ལང་ལྟ་བུ། ཐེག་དོབ་པ་རྒྱ་གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ་ལག་པ་དོབ་པ་ལ་ཡང་  
 བཤད། ལ་ལར་ལག་མཐིལ་གྱི་རིལ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཞེས་བཤད་སྟངས་། སྒྲུབ་བྱངས་  
 བྱི་དག་གི་དབྱངས་ལེན་པ། སིལ་སྒྲུབ་སྒྲིང་བུ་སོགས་ཡོངས་གྲགས་ལ་དེའི་  
 བྱེ་བྲག་དུ་མ་ཡོད་དོ། །ཁ་ཅིག་གིས་རྩ་རྩ་ཆེན་པོ་མ་བརྩིས་པར་བྱོད་དང་། པེ་  
 མི་མི། རིལ་མོའི་སྒྲུབ་གསུམ་བརྩིས་ནས་བཙོ་བརྒྱད་བྱས་སྟངས་ཡང་། བྱོ་རིལ་མོ་  
 མིན་ཡང་བྱོ་ཡི་དག་ལ་བསམ་ན་མི་རུང་བ་མེད་འདྲ་ཡང་དབྱད། རིལ་མོའི་  
 སྒྲུབ་ཞེས་པ་སྒྲིམ་ཅམ་ལས་བྱེ་བྲག་མི་འབྱེད་ཅིང་། པེ་མི་ལ་རིགས་དུ་མ་ཡོད་  
 བར་འདུག་ཀྱང་། བོད་བཤད་པེ་མི་གཉིས་མིན་པའི་པེ་མི་གང་ལ་ངོས་འཛིན་  
 པ་ཡང་མི་གསལ་བས་པེ་མི་རྒྱུད་བདུན་པ་ལ་བྱས་ན་འཐད་འདྲ་བས་དེ་ལྟར་  
 བརྩིས། རྩ་ཡི་རིགས་ལ་དུ་མ་དང་། རྩ་སྒྲུབ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ཨ་རུར་དང་བ་  
 ལང་གི་མཁུག་མ་དང་ནས་གྱི་དབྱས་ཆ་ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དང་། བ་ཏ་  
 ཏེ་ཞེས་པ་སྒྲུབ་འདོར་ཏེ་རྩ་ཆུང་གི་མིང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་ཐུན་སོགས་གྱི་རྩ་  
 རྩ་ག་རྩ་སོགས་དབྱེ་བ་དང་། པེ་མི་ལ་འདྲ་དབྱེ་བ་དུ་མ་འཛིན་མཛོད་ལས་  
 བཤད་དོ། །སྒྲིང་བུ་སོགས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཅན་དང་། པེ་མི་སོགས་རྒྱུད་ཅན་དང་

ར་སོགས་གཡོགས་ཅན་དང་ལྷགས་ལས་བྱས་པའི་མཁུགས་ལྡན་གྱི་རོལ་མོའི་  
རིགས་འདི་དག་འབྲུད་དགོལ་བརྟུང་བའི་བྱ་བ་ལ་གོམས་པ་མཐར་དབྱུང་བ་  
ནི་རོལ་མོའི་སྒྱ་རྩལ་ལོ། །

དག་གི་དབྱངས་བརྟན་ནི། སོ་སོའི་དབྱངས་གྱི་ངེས་པ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་  
སྒྱུངས་ནས་ཤེས་དགོས་ཤིང་། འཆི་མེད་མངོན་འགྲེལ་དུ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲིག་ནས་  
དུག་འཛིན་པ་དུག་ལྡན་སོགས་ངེས་ཆོག་གི་བཤད་པ་སྟངས་ཆིང་། ཐུབ་པ་མིས་  
བྱིན་བུས། བར་མ་བྱུང་བྱུང་གི་སྒྲིང་། བྱུ་མཆོག་གསུང་སྟངས་ཆེས་པ་བ་  
ལང་གི་སྒྲིང་དང་། བརྒྱ་ར་ས་འཛིན་ནས། ལ་ལར་གརྒྱ་ར་བྱི་འཛིན་ཆེས་འབོད་  
པ་ར་ཡི་སྒྲིང་། དུག་སྒྲིས་སམ་དུག་ལྡན་མ་བྱའི་སྒྲིང་། ལ་པ་བྱུ་བྱུག་གི་སྒྲིང་།  
སྒོ་གསལ་ཏྲ་ཡི་སྒྲིང་། འཁོར་ཉན་གྲང་པོ་ཆེའི་སྒྲིང་ཅེས་བྱའོ། །དབྱངས་འདི་  
དག་འདེགས་འཛོག་སྒྲ་སྒྲོམ་འགྱུར་འཁུག་རི་ལྟར་ཡོན་པ་བྱང་ནས་ཡིད་སྒོག་  
བར་བྱས་པ་དག་གི་སྒྱ་རྩལ་ལོ། །གར་གྱི་ཆ་བྱད་དམ་ཉམས་དགུ་ནི། ཉམས་  
ལྡན་གྱི་རྒྱན་གྱི་སྒྲིབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་མངོས་ཤིང་སྒྲིག་པ་དང་། སེམས་  
མ་ཞུམ་པར་བརྟན་པའི་དབའ་བ་དང་། ཞེན་ལོག་པའི་མི་སྒྲིག་པའི་རྣམ་པ་  
དང་། བསྒྲིགས་པ་སོགས་དུག་ཤུལ་དང་། དགོད་ཅིང་འཇུམ་པའི་བཞད་གད་  
དང་། ཆོམ་རམ་གྱི་འཛིགས་རུང་དང་། དུམས་ཤིང་མཆིམ་འབྱིན་པ་སོགས་  
སྒྲིང་རྗེ་དང་། མིག་གདངས་ཤིང་ཡ་མཚན་པའི་རྩལ་དུ་ཨ་ལ་ལ་ཞེས་སོགས་  
སྒྲིག་པ་དང་། དལ་ཞིང་བག་ལེབས་ལ་བུམས་པའི་རྩལ་ཅན་ནི་བའི་ཉམས་

རྒྱམས་ལུས་ཉམས་སྒྲུབ་ཐོན་པར་བྱས་པ་ནི་གར་གྱི་འཆམ་སྒྲུབས་ཁྱད་པར་ཅན་  
 ཡིན་པས་དེ་ལ་བྱང་བ་ནི་རྒྱ་ཅུལ་ལོ། །དེ་རྒྱམས་སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་དྲུང་  
 རས་མིག་མཐོང་དང་ལག་ལེན་བཞིན་བྱང་བར་བྱས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་ལ་ཉེ་  
 བར་མཐོང་བའི་རྒྱ་ཅུལ་དྲུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཞན་ཡང་འདྲོད་  
 པའི་རྒྱ་ཅུལ་དྲུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་དང་། བཅོ་སྒྲུང་སོགས་རྒྱ་ཅུལ་ལ་གཏོགས་པ་  
 ནི་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱང་པོ་དག་ནི་རལ་པ་གཡོ། །རྟ་ཡི་  
 རུ་མོ་ལྟ་བུ་ཡིན། །ཞེ་རྒྱུ་འདི་སྟོང་པོ་ལྟེ། །སེང་ལྷེང་རྫོན་པ་སྟོང་པོ་མེད། །ཅིས་  
 པ་འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་པ། །ཉིད་དང་འགལ་བས་ཀུན་གྱིས་སྤྲད། །ཅིས་སྤྱང་  
 པོའི་རལ་པ་དང་རྟ་ཡི་རུ་མི་སྟོང་ལ། །ཤིང་ཞེ་རྒྱུ་ལྟར་སྟོང་ཞིང་སྟོང་པོ་  
 མེད་པ་དང་། །སེང་ལྷེང་རྫོན་པ་སྒྲ་མཁེགས་ལ་སྟོང་པོ་སྒྲ་བའི་ཆ་མེད་པར་  
 བརྟེན་ན་འཛིག་རྟེན་པ་ཀུན་གྱིས་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བས་ཀུན་  
 གྱིས་སྤྲད་པར་བྱ་བའོ། །རིགས་པ་ཞེས་བྱ་གཏན་ཚིགས་ཀྱི། །རིགས་པ་དང་  
 འགལ་བཤད་པར་བྱ། །དེ་ལ་ནང་པའི་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་དཔེ་ནི།  
 བདེ་གསེགས་འདུས་བྱས་འཛིག་པར་ནི། །གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟར་  
 བཤད། །ཅ་ཀོ་ར་ཡི་མིག་ཅན་དེ། །ད་དྲུང་བདག་གི་སྟིང་ལ་གནས། །ཞེས་  
 པ་འདུས་བྱས་ཡིན་ན་འཛིག་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་ཡིན་ཡང་། བྱ་ཅ་ཀོ་ར་ཡི་  
 མིག་ཅན་མངོན་མ་དེ་ནི་ད་དྲུང་ཡང་བདག་གི་སྟིང་ངམ་སེམས་ལ་གནས་པས་  
 བ་སྒྲུང་ཅིག་གིས་འཛིག་ན་ད་དྲུང་སེམས་ལ་གནས་པ་མི་འཐད་དོ། །ཞེས་

སོ། །ཅ་གོ་རའི་མིག་ཅན་མ་ཡང་འདུས་བྱས་ཡིན་པས་དངོས་དོན་ལ་མ་ཞིག་  
 བར་གནས་པ་ནི་མི་སྤྱད་པས་སོ། །སེར་རྒྱ་བའི་ལྷགས་ཀྱི་རིག་པ་དང་འགལ་  
 བ་ནི། སེར་རྒྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་སྤར་མཐོང་བ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲེ་  
 བ་ནི་རྒྱ་ལ་ཡེ་ནས་གནས་པ་ཉིད་དེ་སྤར་མེད་ན་སྒྲེ་བར་མི་རིགས་སོ་ཞེས་ཟེར་  
 ཡང་། ཅི་ཕྱིར་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ནི། རྩོན་མེད་པ་རྣམས་གསར་དུ་  
 རབ་དུ་སྒྲེ་བ་མཐོང་དོ། །རིགས་པ་དག་དང་འགལ་བ་ཡི། ལྷགས་འདི་ལྟ་  
 སུ་རྣམས་ཀུན་ཏུ་བལྟ་བར་བྱོ། །དེ་ནས་ལུང་དང་འགལ་བ་ཡི། འདུག་  
 པ་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །མེ་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་། ལུ་སྒྲེས་བྲམ་ཟེ་  
 མ་ཉམས་པའི། རྫོད་པས་བརྒྱན་པ་འདི་དག་ནི། བེ་ཤ་ན་རྩི་མཆོད་སྦྱིན་  
 བྱེད། །ཅིས་པ་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ལས་ལུ་རང་ཉིད་སྦྱེས་དུས་ཀྱི་མེ་དེ་ཡི་  
 རྒྱན་མ་ཆད་པར་བཞག་པ་ལ་ལུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱིན་སྟེག་བྱེད་པར་བཤད་དེ།  
 རིག་བྱེད་ལས། གང་ཞིག་མེ་ནི་བཞག་བྱས་ནས། ལུ་སྒྲེས་བེ་ཤ་ན་རྩི་  
 མཆོད་སྦྱིན་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད། །ཅིས་བཤད་ལ། མེ་ལྟ་ནི་དྲང་སྟོང་བེ་  
 ཤ་ན་རའི་ལུ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ལུ་རྒྱད་ཀྱི་སྦྱེན་བྱིན་པས་བེ་ཤ་ན་རྩི་སྦྱེ་མེ་དང་  
 མེ་ལྟ་སྦྱེན་མོང་གི་མིང་ཡིན་པས་མེ་ཡི་སྦྱིན་སྟེག་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་རང་སྦྱེས་  
 དུས་ཀྱི་མེ་ནི་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་། ལུ་སྒྲེས་པའི་བྲམ་ཟེ་  
 རིགས་ལས་མ་ཉམས་པ་དག་གིས། བེ་ཤ་ན་རྩི་སྦྱེ་མེ་འཆོད་སྦྱིན་བྱེད་དོ། །  
 ཞེས་པ་ལུང་དང་འགལ་བ་དང་། ཡང་བྲམ་ཟེར་བ་རྒྱུ་བ་པའི་ཆོག་བྱས་ནས་



སྒྲུབ་པ་ལས་རིག་བྱེད་བསྐྱུག་པར་བྱ་ཡི། ཚོག་མེད་པར་བསྐྱུག་པར་རིག་བྱེད་  
 གྱི་ལུང་ལས་མ་བཤད་ཀྱང་། སྒྲུབ་སྤྱི་འདི་ནི་ཚོག་མ་བྱས་པར་སྒྲུབ་དག་  
 ལས་རིག་བྱེད་སྒྲོག་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པའི་ཤེལ་  
 དག་ནི་དག་པར་བྱེད་པའི་འདྲུ་བྱེད་གཞན་ལ་བལྟས་པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ཚོག་པའི་སྒྲོན་པ་བྲམ་ཟེར་བསྐྱབས་པས་བྲམ་ཟེར་ཆུམས་ལ་  
 གཉིས་སྒྲུབ་ཞེས་སྤྱང་གྲགས་ཞེས་བཤད། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོན་ནི་མཐའ་དག་འདི་  
 དང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་། རེས་འགའ་སྒྲུབ་དག་མཐའ་མཐས་པས། སྒྲོན་  
 གྱིས་གངས་ལས་རབ་འདས་ནས། ཁོན་ཏན་ལམ་ནི་རྣམ་པར་འཛིན། །  
 ཞེས་སྒྲོན་མེད་པའི་བརྗོད་རྒྱུ་དམིགས་བསལ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཡུལ་དང་  
 འགལ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་སྒྲོན་མེད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ལས་ནི། དེ་ཡི་  
 སྤྱིང་ཚལ་ལྟ་རྣམས་ཀྱི། ལྗོན་པ་ཡལ་འདབ་གོས་སྒྲུབ་དང་། ལྗན་པ་དག་  
 གི་གནས་སུ་གྱུར། ཅེས་པ་མའི་ཤིང་རྣམས་ལ་ལྟའི་ལྗན་པའི་ཡལ་འདབ་  
 གྱི་གོས་མདོག་སྒྲུབ་ཅན་མེད་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུས་དེ་ལྟར་གྲིད་དེ།  
 མེ་སྒྲེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དུས་དང་འགལ་ཡང་  
 སྒྲོན་མེད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་འཛིག་པ་གསལ་བྱེད་པ་ཤིང་ཀ་དཔྱེ་ཡི་མེ་ཏོག་གི་  
 རྒྱལ་དང་འགྲོགས་པའི་རྒྱུད་གིས་འདབ་མ་བདུན་པ་ཡི་ཤིང་ལས་འཁྱུངས་  
 པ་ཡི་ལོ་མ་སྒྲོད་པར་བྱེད་ཅིང་། དག་པོ་ཡི་ནི་རྒྱུད་དག་རྒྱུ་ལོ་ཞེས། ཀ་དཔྱེའི་  
 མེ་ཏོག་དབྱར་དུས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། ཚིགས་རེ་ལ་ལོ་མ་བདུན་ཡོད་པའི་ཤིང་

གི་ལོ་མ་སྟོན་ཀར་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་གིང་དེ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་རྒྱས་པ་མི་སྤྲིད་  
ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་འཆི་བ་སོགས་ལྟས་ངན་པ་ལ་སྤྲིད་པས་དུས་དང་མི་འགལ་  
ལོ། །རྒྱ་ཅལ་དང་འགལ་ཡང་སྟོན་མེད་པ་ནི་འདོའི་འཇམ་བྱོགས་ཀྱིས་རབ་  
ཏུ་བསྐྱལ་བས་སྒྲག་པ་ཡི། རྒྱུ་པོ་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་ཁས་བརྟེན་པའི་སྤྱུ་ལྷུར་  
བྱལ་དང་འཇམ་རྒྱུ་བ་སོགས་སྟབས་མི་མཉམ་པས་འདོད་ལྡན་གྱི་ཆགས་པ་  
དག་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས། སྟབས་མི་མཉམ་མི་མཛེས་པ་དག་གི་རྒྱ་  
ཅལ་དེས་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པ་རྒྱ་ཅལ་དང་འགལ་བ་ལྟར་སྦྲང་ཡང་དེ་ལྟར་  
སྤྲིད་པས་མི་འགལ་ལོ། །འཛིག་རྟེན་དང་འགལ་བ་ལྟར་སྦྲང་ཡང་དོན་གྱིས་  
མི་འགལ་བ་ནི་རྒྱ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་བསིལ་བ་འདི་ཡང་། བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་  
པ་མེ་ཡི་རིག་བྱ་དང་ལྡན་པར་འདོད་ལྡན་དེ་ནི་བྱད་མེད་དང་བྱལ་བའི་ཉོན་  
མོངས་ཀྱིས་ཡིད་འབྱུགས་པ་འདི་ཡིས་ཅི་བར་བྱེད་ཅེས། ཆགས་གདུང་ཅན་  
འདིས་རྒྱ་བ་བསིལ་བ་ཡང་མེ་ཡི་རང་བཞིན་དུ་བརྟེན་འོ་ཞེས་པ་རྒྱ་བ་བསིལ་  
བར་འཛིག་རྟེན་ན་མཛོན་སྒྲུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཡང་ཆགས་ལྡན་གདུང་བས་  
སྐྱེག་པར་བྱེད་པ་ལ་མེ་དང་འདྲ་བར་བཏགས་པས་མི་འགལ་ལོ། །རིགས་  
པ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་སྟོན་མེད་ཚུལ་སྒྲ་ཚོགས་སུ་སྒྲོས་གཞལ་  
བྱ་ཡིན་ཡང་། དེའི་ངོ་བོ་མཐར་སྒྲག་གཞལ་བྱ་མིན་པ་དང་། ས་ལ་སོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་རི་སྟེང་གི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པས་ཆ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཡང་ངོ་  
བོ་ཆ་མེད་ཡིན་པས་ཆ་ལྡན་མིན་པ་དང་། དེའི་རང་བཞིན་རྟག་པ་གཅིག་པུ་

ཉིད་ཡིན་ཡང་། སྒྲུབ་ཚོགས་སུ་འཆར་བས་གཅིག་ཉིད་མིན་པ། སྒྲུབ་ཚོགས་  
གཟུགས་ཅན་ཚངས་པ་ཁྱོད་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ་ཞེས་པ། དེ་ལྟར་དངོས་འགལ་  
གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་ཚངས་པའི་རང་བཞིན་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱབ་པ་ལ་ཆ་རེ་རེ་ནས་གཞལ་ན་དེ་ལྟར་འཐད་བས་རིགས་པ་དང་འགལ་  
བ་འདྲ་ཡང་འགལ་སྒྱུ་མེད་པའོ། །ལུང་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསམ་ལ།  
སྒྲུབ་བསེང་བུ་ལྟ་དག་གི་ནི། རྒྱུང་མ་ལྟ་ལེན་བུ་མོ་སྟེ། དག་པ་ན་མས་གྱི་  
མཚོག་ཏུ་གྱུར། འདི་འདྲ་ལྟ་ཡི་སྒྲུབ་བྱེད་དོ། །ཞེས་སྒྲུབ་པོ་སྒྲུབ་བསེང་གི་བུ་  
བརྟན་པ་དང་འཛིགས་སྟེ་དང་སྲིད་སྒྲུབ་དང་ལྟར་བཅས་དང་རིགས་མེད་ལྟ་  
པོ་དག་གི་སྒྲུབ་མེད་གི་རྒྱུང་མ་གཅིག་བུ་ནི་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་ལེན་གྱི་བུ་མོ་དྲོ་བ་  
དུ་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རིག་བྱེད་ལས་རྒྱུང་མ་གཅིག་ལ་སྒྲིམ་པ་དུ་མས་ལོངས་  
སྒྱུད་ན་བྱུང་མེད་འཚོལ་བར་འགྱུར་ཞེས་དང་། བསྟོད་མིན་དུ་གྱུར་བས་ངན་  
སོང་གི་རྒྱུ་དང་མ་དག་པའི་ཚོས་སུ་བཤད་ཀྱང་། འདི་དག་ནི་ཁྱོ་ཤུག་སོ་སོ་  
ཡང་ཐུག་དོག་དང་གཡོ་སོགས་གྱི་སྒྱུ་མེད་བར་དག་པ་ན་མས་གྱི་མཚོག་ཏུ་  
གྱུར་པ་འདི་འདྲ་ངན་སོང་གི་རྒྱུ་དང་སྒྲུབ་པའི་འོས་མིན་བར་མ་ཟད། ལྟ་ཡི་  
སྒྲུབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་སོ། །

ཁ་ཅིག་གིས་དག་པའི་མཚོག་གྱུར་དེ་འདྲ་ལྟ་ཡི་མཐུས་སྒྲུབ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
འཆད། འདི་ལུང་དང་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་བསེང་གི་བུ་ན་མས་ལྟ་ལེ་  
རིགས་ཡིན་པ་དང་རྒྱུང་མ་འདྲ་ཡོན་དྲན་མཚོག་དང་ལྟན་པས། བསྟོད་ན་མས་

དང་ལྟའི་མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཕལ་བའི་བྱོ་བྱག་དང་  
མི་འདྲ་བས་ལུང་འགལ་གྱི་སྒྲོན་མེད་དོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ལ་སྐྱུ་བསང་བ་ལྟའི་  
ལོ་རྒྱུས་ནི། སྒོན་རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་བསང་ཞེས་པ་རི་དྲགས་གཤོར་དུ་ཆས་པ་དེས་  
དྲང་སྟོང་ངན་འདུལ་བྱ་བ་ཞིག་རི་དྲགས་ཀྱི་གཞུགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་རི་དྲགས་  
མོ་དང་ལྷན་ཅིག་འདོད་པའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་ཁྱོང་བར་ཚོམ་པ་ལ། རྒྱལ་  
པོས་ངོ་མ་ཤེས་ནས་རི་དྲགས་དེ་ལ་མདས་བསྐྱུན་པ་དང་། དེ་དྲང་སྟོང་རང་  
གི་གཞུགས་སུ་བྱུར་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་དགའ་བ་ཉམས་སུ་ཁྱོང་བར་  
བརྩམས་པ་ལ་དགའ་བ་ཉམས་སུ་ཁྱོང་བར་འཛིག་རྟེན་གཞན་དུ་འགོ་བར་  
བྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོད་ཀྱང་འཆི་བར་བྱུར་ཅིག་ཅེས་དམོན་པ་པོར། དྲང་  
སྟོང་གི་ཆུང་མས་དེའི་རོ་བསྐྱེག་པའི་ཤིང་ལུང་ཆེན་པོའི་སྟེང་དུ་འཛིགས་ནས་  
ཁྱོད་ཀྱི་ཆུང་མ་ཡང་ཁྱོད་ཤི་ནས་བསྐྱེགས་པའི་ཤིང་གི་ཅིག་པ་ལ་འཛིག་པར་  
བྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པར་བྱས་སོ། །

རྒྱལ་པོ་སྐྱུ་བསང་ལ་མ་དྲི་དང་། ཀུན་དྲི་ཞེས་པའི་ཆུང་མ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་།  
རྒྱལ་པོ་དྲང་སྟོང་གི་དམོན་པས་འཛིགས་ནས་དེ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་དགའ་  
མཁུར་སྟོད་མ་རུས་སོ། །དེའི་ཆེ་ཀུན་དྲིས་བསམ་པ་ངས་དྲང་སྟོང་གནས་ངན་  
ལས་རིག་སྐྱགས་ཐོབ་པ་དེས། ངའི་མངོན་འདོད་གཅིག་ནི་བསྐྱུབས་ཟིན་  
མོད། ད་དུང་ལན་བཞིའི་བར་འདོད་དོན་རྒྱལ་བར་བྱེད་ཆོག་པས་གལ་ཏེ་  
རྒྱལ་པོས་གནང་ན་ངས་བྱ་བ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱའོ་སྙམ་ཞིང་། རྒྱལ་པོས་ཀྱང་

ཐབས་གང་གིས་ང་ལ་སྤྲོད་པར་འགྱུར་སྒྲུབ་དུ་སེམས་པ་ན། གྲུབ་དྲིས་  
 དཔེན་པར་རྒྱལ་པོ་ལ་དོན་དེ་སྒྲུས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་དག་ལ་སྟེ་རྗེས་སུ་གནང་  
 རོ་། ། གྲུབ་དྲི་ཁང་པར་ཞུགས་ཏེ་རིག་སྒྲགས་བརྒྱས་ནས་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ལྟ་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་ཆགས་པ་སྤྱད་མྱིར་ཤོག་ཅིས་སྒྲུས་པ་དང་། རི་ཅམ་ན་  
 ཆོས་འོང་སྟེ་དེ་དང་འདུས་པ་ལས་གཡུལ་ངོར་བརྟན་པ་ཞེས་པའི་བུ་སྟེས་སོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་རིམ་པར་རྒྱུད་ལྷན་གྱིས་སྟེ་དེ་དང་འདུས་པ་ལས་འཛིགས་སྟེ་དང་།  
 བརྒྱ་བྱིན་དང་འདུས་པ་ལས་སྤྱིད་སྤྱུབ་སྟེས་སོ། ། དེ་ཅམ་ན་མ་དྲི་བུ་མེད་པས་  
 གཤུང་སྟེ་བདག་འཆི་བར་བྱའོ་ཞེས་སྟེ་སྒྲགས་འདོན་ཞིང་གྲུབ་དྲི་ལ་གསོལ་  
 བ་བཏབ་པ། ཁྱོད་ཀྱི་རིག་སྒྲགས་དེ་ཁོ་མོ་ལ་ལན་གཅིག་བྱིན་ཅིག་གལ་ཏེ་  
 བདག་ལ་འང་བུ་སྟེ་བར་མི་འགྱུར་རམ། ཞེས་སྒྲུས་སོ། ། དེས་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་  
 བསེང་ལ་དྲིས་ཏེ་གནང་ནས་རིག་སྒྲགས་བྱིན། མ་དྲིས་ཀྱང་སྒྲགས་བརྒྱས་  
 པས་ལྟའི་སྒྲན་པ་ཐ་སྐར་སྒྲན་གཉིས་བཀྲལ་ནས་དེ་དག་དང་འདུས་པ་ལས་  
 ལྟར་བཅས་དང་། བཀྲལ་སྟེ་རིགས་མེད་ཅེས་པ་གཉིས་དུས་གཅིག་མཚོ་  
 མར་སྟེས་སོ། ། རི་ཅམ་ན་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བསེང་གིས་ས་ཆེན་པོ་ལས་རྒྱལ་པར་  
 བྱས་ཏེ། རང་གི་སྒྲན་ལྷ་ཡུལ་འཁོར་སྤྱང་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་བྱིན་ནས་བདག་ཉིད་  
 རྒྱུད་མ་གཉིས་སུ་དང་བཅས་པ་རི་ཅེ་མོ་བརྒྱ་པར་ཡུན་རིང་པོར་ཆོངས་པར་  
 སྤྱོད་པ་བྱས་སོ། ། དེས་སྐབས་ཤིག་ཏུ་མ་དྲི་གཞུགས་སྤྱག་པ་མཐོང་ནས།  
 ཁོ་པོ་ཤི་ཡང་སྤའི་འདི་ལ་སྤྱད་དོ་སྒྲུབ་དུ་སྤྱད་པར་བརྩམ་པ་ན་དེ་ཉིད་དུ་ཤི་

བར་གྱུར། བཞི་གནས་དེའི་དྲང་སྤང་ནམས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་རོ་དང་ཆུང་མ་  
གཉིས་སུ་དང་བཅས་པ་ཡུལ་ལའོར་སྤྱང་ལ་གཏད། ཡུལ་ལའོར་སྤྱང་དེས་  
བསྐྱེད་པ་ཤིང་བཅིགས་ཏེ་རྒྱ་བསེང་གི་རོ་ལ་མཚོན་ནས་མེ་སྐྱར། མ་དྲིས་  
ཀྱང་བྱ་གཉིས་ཀུན་དུ་ལ་གཏད་དེ། རྒྱལ་པོའི་རོ་བསྐྱེད་པའི་མེ་ལ་བདག་  
ཉིད་དོར། རི་ཞིག་ན་འཐབ་དཀའ་དང་བརྟན་པ་སོགས་འཕོང་སྒོ་བ་བར་  
ལྟན་ཅིག་འཚོགས་ཆེ་གྱིས་དང་གོ་ན་སོགས་མཚོན་ཆའི་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་  
སྒོ་བ་པ་ན། རྩ་ཅན་ལས་འཕོན་གཙུག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྒྱས་འཐབ་དཀའས་སུ་ལྟ་  
པོ་རྒྱ་སྐྱེད་གི་ཁང་བར་བཙུག་པ་ལས་མཚན་མོ་བྲས་པས་ཐར་ནས། སྤྱན་  
པོ་ཉིད་མ་པ་བསད་ནས་དེའི་སྤྱིང་མོ་འཛིགས་སྤྱེས་སྤྱངས་པ་ལ་སུ་སུམ་པ་སྒྲ་  
འགོངས་ཞེས་པ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ནས་སོང་སྟེ་གོང་ཁྱེད་ལའོར་ལོ་གཅིག་པར་  
སོང་བའི་ལམ་ཁར་རྒྱས་པ་དང་འཕྲད་ནས་དཔུགས་སུ་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱིད་དང་  
ཆུང་མ་ཐོབ་པའི་མཚོག་བྱིན་ནོ། །

དེ་ནས་གོང་ཁྱེད་དེར་སྤྱིན་ནས་བུམ་ཟེ་ཞིག་གི་བྲིམ་དུ་ལོ་བཞིར་བསྐད་ཅིང་།  
དེ་ལ་ཕན་པའི་སྤྱིར་སྤྱིན་པོ་རྒྱ་སྐྱེད་ཞེས་པ་བསད་ནས། གོང་ཁྱེད་ལྟ་ལེན་  
དུ་སོང་ནས་རྒྱལ་པོའི་སུ་མོ་ནམས་ཁྱོ་འདམ་པའི་སྐྱབས་སུ་སུ་མོ་དྲོ་བ་དྲི་ཞེས་  
པ་སུ་ལྟ་ཀའི་ཐུན་མོང་གི་ཆུང་མར་སྤྱངས་ནས་ལོ་གཅིག་དེར་འདུག་སྟེ་དབང་  
པོའི་གནས་ཞེས་བྱ་བར་སོང་ནས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཐོབ་པོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེར་  
ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་དགའི་བར་དུ་རྒྱལ་སྤྱིད་བྱས་ནས། བླན་པོས་སྐྱར་བ་ཞེས་པ་ལ་

སོགས་པའི་རྒྱལ་པོ་བསད་དེ་མཚོད་སྤྱིན་བྱས་ནས་འཐབ་དཀའ་དང་། གཡུལ་  
 རོར་བརྟན་པ་སོགས་སྐྱུ་བསེང་གི་སྤྲུལ་པོ་ཚོ་ལོས་ཅེ་བ་ཅེ་བ་ན། འཐབ་  
 དཀའི་སྐྱུ་རྩལ་གྱིས་ལམ་པར་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱིད་ནས་བདག་ཉིད་ཀྱི་བར་དུ་  
 སྐྱུ་ག་ཤོར་བས། ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ནགས་སུ་གནས་པར་བྱས་ནས་  
 སྤར་གྲོང་ཁྱེར་བི་ར་ཏར་ལོ་གཅིག་ནས་འཛིགས་སྡེས་གི་ཅ་ག་བསད་དོ། །  
 དེ་ནས་ཀྱུ་རྩེ་ཁྱེ་མེ་སྐྱུ་རན་གྱི་ཞིང་དུ་འཐབ་མོ་ལ་ཞུགས་སོ། །དེའི་ཚེ་བྱལ་  
 འཇུག་འཐབ་དཀའི་གན་དུ་སོང་ནས། ཁྱོད་ནོར་ལྷ་གཅིག་སྤྲུལ་བདམ་མམ་  
 འཁྱེར་རམ། དཔུང་ཚོགས་བཅོ་བརྒྱད་འཁྱེར་ཞེས་སྐྱས་པ་ལ། དེ་ན་དེ།  
 དཔུང་ཚོགས་བཅོ་བརྒྱད་འཁྱེར་ཟེར་བ་ལ་བྱལ་འཇུག་ཁྱོས་ནས་སྐྱུ་བསེང་  
 སྤྲུལ་པའི་ཕྱོགས་བརྒྱད་སྟེ་འཐབ་དཀའ་དཔུང་ཚོགས་བཅོ་བརྒྱད་དང་བཅས་  
 པ་བརྒྱ་གས་པར་བྱས་སོ། །

དེ་ལྟར་གཞན་ཐམས་ཅད་གཡུལ་དུ་གི་ནས་གཡུལ་རོར་བརྟན་པ་རྒྱལ་པོར་  
 གྱུར་ཏེ་ལོ་སྟམ་རྩ་རྩལ་གི་བར་དུ་རྒྱལ་པོ་བྱས་ནས། རི་ཞིག་ན་བྱལ་འཇུག་  
 ལྷ་ཡུལ་དུ་སོང་། ཡུལ་འཁོར་སྤྱང་དང་སྐྱུ་བསེང་གི་སྤྲུལ་ཐམས་ཅད་དང་། ཚོས་  
 ཞེས་བྱ་བའི་ལྷ་ཁྱིར་སྐྱེས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དུས་ལས་འདས་པར་གྱུར་ཏོ། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །ན་ཅན་དང་འཐབ་དཀའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། ཀུན་པོ་འཛེལ་པའི་  
 རྒྱལ་པོའི་སྤྲུལ་པ་ཀུན་ཏེ་ཞེས་པ་གཞུགས་དང་ལང་ཚོ་སོགས་སྤུན་སྤྲུལ་ཚོགས་  
 པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ཁྱིམ་དུ་དྲང་སྟོང་གནས་རན་ཞེས་བྱ་བས་འོ་ཕུག་བསྐྱངས་

པ་དང་། ཀུན་དྲིས་འོ་ཐུག་ཉི་པར་བསྐྱབས་ཏེ་སྡོད་བཀའ་བ་ལག་པར་ཐོགས་  
པས་ལག་པས་རྩལ་སྤྱོད་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་མེད་པར་གྲུས་པས་དྲང་སྡོད་ལ་  
བཏབ་པ་དང་། ཟས་ཀྱི་མཐར་ཡང་ལག་པ་མ་ཆོག་པར་མཐོང་བས་དྲང་  
སྡོད་མགུ་སྟེ་ང་ལས་མཆོག་སྡོངས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུས་པ་ལ། ཀུན་དྲིས་གལ་ཏེ་  
བཞེད་ན་བདག་གིས་སྒྲེས་པུ་གང་དང་གང་འདོད་པ་དེ་དབང་དུ་འགྱུར་བ་  
དེ་ལྟ་བུའི་མཆོག་སྟོལ་ཅིག དེས་དེ་ལ་རིག་སྤྲུགས་ཕྱིན་ནས་འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་  
བསྐྱས་ན་ལན་ལྟའི་བར་དུ་མངོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པར་  
བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་ནས་སོང་ངོ་། ཀུན་དྲིས་གནས་ཀྱི་གཞིར་འདུག་སྟེ་རིག་  
པ་འདི་བདེན་ནམ་མེད་ཞེས་ཉམས་སང་པའི་ཐྱིར་བསྐྱས་ནས་ཉི་མ་དང་འཕྲད་  
པར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། སྐད་ཅིག་དེར་ཉི་མ་གོ་ཆ་དང་ཤིང་རྟ་བཅས་  
པར་དྲུང་ན་འདུག་པ་ལ་ཀུན་དྲིས་ངའི་གནས་སུ་མ་འོངས་ཞེས་བསྐྱོག་གྲང་།  
ཉི་མས་སྒྲུས་པ། ང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་བྱ་བའམ་བྱས་པར་མི་ལྟོག་གོ །  
ཡང་ན་ཁྱོད་ཀྱི་རིགས་མ་ལུས་པ་བརྒྱག་པའི་དམོད་པ་གདབ་པར་བྱའོ་ཟེར་  
པ་ལ། ཀུན་དྲིས་ངེ་ལྟར་ན་རང་གི་རིགས་སུ་ན་པར་བྱེད་ཅེས་སྒྲུས་ནས་དེ་  
དང་ཆགས་པ་སྦྱད་པ་ལས། གཞོན་ཅུ་ཉིད་དུ་འགྱུར་པའི་མཆོག་ཕྱིན་ནས་  
ཉི་མ་སོང་ངོ་། །དེའི་རྗེས་སུ་ཉི་མའི་བུ་ལུས་ལ་གོ་ཆ་བགོས་པ་དང་བཅས་  
ཤིང་། རྣ་བ་གཉིས་རྣ་ཆས་བརྒྱན་པ་ཞིག་སྒྲེས་པ་ལ་རྣ་ཅན་དུ་གྲགས་སོ། །  
ཁྱེད་དེའི་ཁ་སྤྱང་ཅི་དང་མར་གྱིས་བཀའ་ཞིང་འཇམ་པའི་གོས་ཀྱིས་ལུས་



དགེས་པ་སྒྲོམ་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་པ་དེ་གྲོགས་མོ་ཞིག་གིས་བཟུང་ནས་གརྒྱའི་  
 རོགས་སུ་སོང་སྟེ། ཉི་མའི་བུ་ནི་མཛེས་པ་འདི། སྒྲོམ་ནི་རྒྱ་མཚོས་སྤྱང་  
 བར་གྱིས། ལྷ་ཡི་ཚོགས་ནི་འདུས་པ་དང་། ཚངས་པས་ཀྱང་ནི་རྟག་ཏུ་  
 སྤྱངས། ཞེས་སྒྲུས་ནས་གརྒྱུ་པོར་རོ། གརྒྱུ་དང་ཉི་བར་ཡུལ་འཁོར་སྤྱང་  
 གི་རྟའི་རྩི་པོ་ཞིག་རྟ་འཚོ་ཞིང་འདུག་པས་མཐོང་ནས་འཁོར་ནམས་ལ་སྒྲོམ་  
 དེ་བྱང་བར་བསྐྱལ་བ་ལྟར་ཁྱེད་ཉེ་འོང་བས་བུ་མཐོང་བ་དང་། འདི་བའི་བུར་  
 བུ་འོ་སྒྲུམ་ནས་གསོས་སོ། གེ་འི་ཆེ་རི་དབང་ཆེན་ན་དགའ་བྱེད་དག་སྐྱ་ཅན་  
 ཞེས་པ་མཚོན་ཆའི་སྒྱུར་བ་ལ་མཁས་པ་དགའ་བུའ་སྒྱུད་པ་དེས། མཚོན་  
 ཆའི་སྒྱུར་བ་འདི་བུ་མ་ཟེ་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་བསྐྱབ་པར་དམ་བཅས་སོ། རྣ་ཅན་  
 དེས་བུ་མ་ཟེ་འི་ཆ་ཡུགས་སུ་བུས་ནས་མཚོན་ཆའི་སྒྱུར་བ་བསྐྱབས་སོ། གེས་  
 འོ་བས་ནས་འབབ་དགའི་ཐད་དུ་སོང་སྟེ་དེ་ལ་རང་ཉིད་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་  
 བསྐྱབས་པས་དེས་ཀྱང་ཨ་རྒྱའི་ཡུལ་ཕྱིན་ཉེ་ཨ་རྒྱའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ཏོ། རྣ་  
 ཅན་འདི་སྒྱེན་པ་ལ་དབང་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། འདིའི་ལུས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 གྲུབ་པའི་མེ་བྱེད་པའི་གོ་ཆ་ཡོད་པ་དེས་སུས་ཀྱང་ཚུགས་པར་དགའ་ལ། ཅི་  
 ཞིག་ན་མིད་སྐྱབ་དང་དེ་གཉིས་ཚུད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཉི་བར་གྱུར་བ་ལྟའི་དབང་  
 པོས་ཤེས་ནས། རང་གི་བུ་མིད་སྐྱབ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་བརྒྱ་ཕྱིན་བུ་མ་ཟེ་འི་ཆ་  
 ཡུགས་སུ་བུས་ནས་རྣ་ཅན་གན་དུ་སོང་རོ། གེས་ཀྱང་མགོན་དུ་པོས་ནས་  
 ཅིའི་དོན་དུ་འོང་ཞེས་ལན་གསུམ་དྲིས་ཀྱང་གསལ་བར་མ་སྒྲུས་སོ། ལན་

བདུན་གྱི་བར་དུ་དྲིས་པ་ན་ཁྱོད་གྱི་གོ་ཆ་འདོད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པས། རྣ་ཅན་ན་  
 རེ། ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་ནས་མི་སྒྲུ། ཐེ་ཆོས་མེད་པར་ཁྱོད་ལ་སྒྱུན་པར་བྱའོ་ཞེས།  
 རོ་རྩེའི་སྒྲུ་གྱི་སྤངས་ནས་རང་གི་ལུས་ལས་གོ་ཆ་བལྟས་ཏེ་དེ་ལ་བྱིན་པ་དང་།  
 བརྒྱ་བྱིན་ཡོངས་སུ་མགྲུ་ནས་སྒྲུས་པ། གང་གིས་སྒྲོང་བ་མགྲུ་བྱའི་ཕྱིར། །རང་  
 གི་སྒྲོག་ལ་འང་མི་དཔྱོད་པ། །རྣ་ཅན་ལྟ་བུའི་སྒྱུན་བྱེད་མེད། །ར་དང་འབྲ་  
 བའི་བརྩེ་བྲལ་མེད། །ཅེས་སྒྲུས་སོ། །འདི་དག་གི་གཏམ་རྒྱུད་གིན་ཏུ་མང་  
 རོ། །དཔེ་ལ་ལར་བྱབ་འབྲུག་གིས་ཀུ་ལ་གོ་ཆ་བསྐྱང་བ་བྱིན་པས་མགྲུ་  
 རྩེ་དེ་ལ་མདུང་ཐུང་བྱིན། སྐར་མདུང་ཐུང་གིས་མིད་སྐྱུབ་པས་ད་ན་མི་རུང་  
 རྩམ་དུ་བུམ་པ་སྒྲ་འགོངས་ཀུ་ལ་འཐབ་ཏུ་བཏང་། བུམ་སྒྲ་འཐབས་པས་  
 ཐུབ་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྣ་ཅན་དེས་མདུང་ཐུང་འཐབས་པས་ས་འོག་  
 ས་སྒྲིང་ས་སྒྲར་བུམ་སྒྲ་གཟུགས་སྒྲ་ཆོགས་སུ་བསྐྱར་ཏེ་བོས་པ་དེ་དང་དེའི་  
 གཉེན་པོའི་གཟུགས་སུ་སྐྱར་ནས་བདས་ཏེ་མཐར་བསང་པར་གྲགས་སོ། །  
 འཐབ་དཀའ་བུང་ཚུལ་ནི། ཡན་ལག་བཀྲ་སྒྱུན། རྩ་ཆོགས་བརྩོན་འགྲུས།  
 འཛིགས་བྱེད། རྒྱལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་ནི་གརྒྱ་ལས་སྒྲེས་པའི་སྒྱུན་ཡིན་ནོ། །  
 ཡན་ལག་བཀྲ་སྒྱུན་ནི་དྲི་ཟེའི་རྒྱལ་པོ་ཡན་ལག་བཀྲ་སྒྱུན་ཞེས་པས་མིང་གི་  
 འཕྲོན་གྱིས་གཡུལ་དོར་བསང་དོ། །འཛིགས་བྱེད་ནི་ཆོངས་པར་སྒྱུད་པ་ལ་  
 ཞུགས་པར་གྱུར་པ་ལ་བདེ་ལྟན་མས་འུ་བྱ་ཅག་གིས་རབས་ཆད་པས་བྱ་བསྐྱེད་  
 པའི་རྩོལ་བ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུས་པ་ལ། དེ་ན་རེ། རྒྱས་པ་དང་དེད་གཉིས་

སྒྲུབ་ཡིན་མོད། ང་ནི་ཆུང་དུ་ནས་ཚངས་པར་སྦྱོད་པས་འདོད་བདེ་ཉམས་སྒྲུབ་  
 མུང་བར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་བསྒྲོག་པ་དང་། དེའི་རིགས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་འདུས་  
 ཏེ་རྒྱས་པ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན། ཨོ་པེ་ཀ་དང་། ཨོ་བ་ལི་ཀ་དང་།  
 རྟོགས་ལྡན་མ་ཞེས་པ་དེ་གསུམ་དང་རྒྱས་པ་འདུས་པ་ལས། རིམ་པ་བཞིན་  
 ཏེ་ཡུལ་འཁོར་སྐྱུང་དང་། སྐྱུ་བསེང་དང་། སྒོ་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་གསུམ་  
 སྒྲེས་སོ། །དེར་ཡུལ་འཁོར་སྐྱུང་དམུས་ལོང་དུ་སྐྱུར་བ་དེ་ལ་སྐྱུ་བསེང་གིས་  
 ས་ཆེན་པོ་ཀླན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱས་ཏེ་ཡུལ་འཁོར་སྐྱུང་ལ་བྱིན་ནས་ནགས་  
 སྒྲུལ་མོད་དོ། །རྒྱས་པར་ཡུལ་འཁོར་སྐྱུང་ལ་མཚོག་བྱིན་པ། ཁྱེད་ཀྱི་ཆུང་མའི་དམ་  
 པ་དྲི་བ་མོ་ལས་ལུ་བརྒྱ་སྒྲེ་བར་སྐྱུར་ཅིག དེ་དག་གི་སྤྱོད་འཐབ་དཀའ་ཞེས་  
 བྱ་བའང་འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ། །ཞེས་སྒྲུལ། རི་ཙམ་ན་དྲི་བ་མོ་མངལ་དང་  
 ལྡན་པར་སྐྱུར་ནས་ལོ་གསུམ་ན་ཤའི་གོང་ལུ་ལྟ་གས་ཀྱི་ཐོབ་འདྲ་བ་སྒྲེས་པ་  
 དང་། རྒྱལ་པོས་སྒྲུལ་པ། འདི་ཤའི་དུམ་ལུ་བརྒྱར་གྱིས་ལ་སོ་སོར་བཞག་སྟེ་  
 རྒྱ་བསེལ་བས་ཡང་ཡང་གཏོར་ཅིག་ཟེར་བ་ལྟར་བྱས་པས། ཅི་ཞིག་ན་ལུ་  
 བརྒྱ་དབང་པོ་ཡོངས་སྒྲུ་རྫོགས་པ་ཉིད་དུ་སྐྱུར་ཏོ། །དེར་སྒོ་ལྡན་གྱིས་ཡུལ་  
 འཁོར་སྐྱུང་ལ་སྒྲུལ་པ། འཐབ་དཀའ་འདི་སྟེག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་  
 པས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུ་བར་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་འདིག་པར་འབྱུར་བས་  
 ངས་ཤེས་གྱི། འདི་གསལ་དཔར་བྱ་སྟེ། གཅིག་བསལ་དཔས་སྟོག་ཆགས་མང་  
 པོ་ལ་སྟོག་བྱིན་པ་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་པར་མ་མཐོང་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་

ལས། གང་གི་འབྲས་སུ་རྒྱུ་འབྱུང་བ། ཁྲིག་པ་ཆེན་པོ་དེ་མི་བྱ། ཁྲིག་པ་  
རྒྱུ་ལ་དོན་ཆེ་བ། ཁྲོ་དང་ལྷན་པས་ཉག་ཏུ་བྱ། ཁེས་བཤད་དོ། ཁེས་སྒྲིམ་  
ཀྱང་དེ་ལྟ་སུ་ལ་བརྟེ་བས་གསོད་མ་རུས་སོ། དེར་སྒྱུ་བསེང་ནགས་སུ་སོང་།  
སྒོ་ལྷན་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་ཅན་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་མི་དགའ་བ་དང་། ཡུལ་འཁོར་སྤྱང་  
ནི་རུས་པ་མེད་པར་ཡུར་བ་དང་འཐབ་དགས་རྒྱལ་པོ་བྱས་སོ། དེ་ནས་ན་  
ཅན་དང་འཐབ་དགའ་དག་གི་ཕྱོགས་སུ་ཡུར་བ་རྣམས་དང་། སྒྱུ་བསེང་གི་  
སུ་རྣམས་གཡུལ་འགྱུར་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱ་ཆེར་ཡོད་དོ། དེ་ལྟར་  
གཡུལ་འགྱུར་པའི་དུས་སུ་སྤྱི་བྱེད་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བྱབ་འཇུག་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱི་བྱེད་ཀྱི་ཤིང་རྩའི་ཁ་ལོ་པར་བྱས་ནས་གཡུལ་རོར་དྲངས་  
སོ། དེར་སྤྱི་བྱེད་ཀྱིས་དབུང་གི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ལ་བལྟས་ནས། ཀུན་  
དྲའི་བུས་ནི་དེར་བལྟས་ན། ཐམས་ཅད་གཉེན་དུ་རྒྱུ་པར་གནས། མཆོག་  
ཏུ་བརྟེ་བས་ཞོན་པ་ཡིས། ཞུམ་པ་ཡི་ནི་འདི་རྒྱུ་སྒྲིམ། བྱབ་འཇུག་གཉེན་  
རྣམས་མཐོང་བས་ན། འཐབ་པར་འདོད་དེ་གནས་པ་ལ། བདག་གི་ཡུས་  
ནི་ཞུམ་གྱི་ཅིང་། ཁ་ཡང་ཡོངས་སུ་སྒྲིམ་པར་བྱེད། ཅིས་སོགས་དང་། གང་  
གི་དོན་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་དང་། འོངས་སྤྱོད་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བ། དེ་ཉིད་སྒོག་  
དང་ཞོར་རྣམས་ནི། སྤངས་ནས་ང་དང་འཐབ་པར་གནས། ཁེས་སོགས་  
སྒྲིམ་ནས་འཐབ་པར་མི་བྱེད་དོ། དེ་སྒྲོ་བ་དང་བུལ་བ་མཐོང་ནས། བྱབ་  
འཇུག་གིས་སྒྲོ་བ་རྣམས་གསོད་པའི་བྱིར་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་བ། བུམ་སྐྱེས་འཇིགས་

བྱེད་རྒྱལ་པའི་ཤིང་རྩ་ཅན་དང་། །དེ་བཞིན་འཛིག་རྟེན་དཔའ་བོ་གཞན་  
 དག་ང་ཡིས་བསད། །ཁྱོད་ནི་སེམས་ལ་མི་དགར་མ་བྱེད་གསོད་པར་གྱིས། །  
 གཡུལ་དུ་དགའ་ལས་ངེས་པར་རྒྱལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། གང་གིས་  
 འདི་ཀྱན་རྒྱལ་འགྱུར་བ། །དེ་ནི་མི་འཛིག་ཤེས་པར་གྱིས། །མི་འཛིག་པ་དང་  
 མི་ཟད་པ། །དེ་ནི་སྤྱི་ཀྱང་གསད་མི་ལུས། །ལུས་འདི་མཐའ་དང་ལྡན་འགྱུར་  
 གྱི། །ལུས་ཅན་དག་ནི་རྟག་པར་བཤད། །འཛིག་ཅིང་ཚད་མེད་ལྱུར་པས་  
 བ། །འཐབ་པར་གྱིས་ཤིག་རྩ་རྟ། །དཔེར་ན་གོས་རྩིང་དག་ནི་བོར་ནས་སྟ། །  
 སར་བ་གཞན་དག་མི་ནི་ལེན་པར་བྱེད། །དེ་བཞིན་ལུས་ནི་རྩིང་པ་སྤངས་  
 བས་སྟ། །ལུས་གཞན་སར་བ་དག་ནི་ལེན་པར་བྱེད། །ཅིས་སོགས་སྤྱི་པའི་  
 ཚོགས་ཀྱི་རྩིས་སྤྱུང་བ་ལྟེ་སྤྱི་པ་གྱི་གཡུལ་བཀྲེས་པ་ན་འཐབ་དགའི་རིགས་  
 དཔུང་གི་ཚོགས་བཅོ་བརྒྱད་དང་བཅས་པའི་སྒོག་ཆགས་བརྒྱ་རྟེན་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་བསད་ནས་སྤྱི་པ་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏོ། །བཞི་པ་ལེའུ་ཐ་  
 མའི་མཆུག་བསྟུ་བ། རྒྱ་དང་དོན་གྱི་རྒྱན་ནི་བྱེད་པ་སོ་སོར་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་  
 དང་། བྱ་སྤྱོད་དང་བྱ་དཀའ་བ་དག་གི་ལམ་དང་། རྒྱན་བཀྲ་རྣམས་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 རྒྱུ་ན། དེ་ལྟར་མདོར་བསྟུས་ནས་རབ་ཏུ་བསྟན་ཏེ་ཞེས་སོ། །  
 གསུམ་པ་ཐ་མར་དགེ་བ་མཆུག་གི་དོན་ལ། གཞུང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
 མཆུག་དོན་བསྟུ་བ་དང་། རྫོབ་དཔོན་གང་གིས་མཛད་པའི་མཛད་བྱང་། ལོ་  
 པར་གང་གིས་བསྟུར་པའི་འགྱུར་བྱང་སྟོས་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྒྲུབ་དག་

གི་ཚུལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྲད་དུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཡོན་ཏན་བཅུ་དང་། ཉོན་  
རྒྱན་སོ་ལྔ་དང་། ཟུང་ལྔ་བྱ་དཀའ་སྤྲ། གཤམ་ཆོག་དང་སྦྱོན་བཅུ་སྤྲ་བ་  
བཅས་ལེའུ་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་འདིས་སྟན་དག་ལེགས་པར་མ་སྦྱར་བའི་  
སྦྱོན་དང་། ལེགས་པར་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་དག་རབ་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྦྱོ་ཅན་  
གང་ཞིག་རྫོད་བྱེད་དག་གི་དཔལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐལ་བ་བཟང་པོའི་དབང་  
དུ་ལྷུར་བའི་ཆོག་སྦྱར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་མངོན་པར་འགྲོགས་པར་བྱས་  
པ་དེ་ནི་དཔེ་རི་ལྟར་ན། ཆང་གིས་མྱོས་པ་དང་འདྲ་བར་མིག་གང་ཞིག་མཐོང་  
བས་ཡིད་མྱོས་པར་ནུས་པའི་མཛེས་མ་དག་དང་། སྤྲེས་བུ་མཛེས་པའི་ལང་  
ཆོ་ཅན་འཕྲད་ནས་དགའ་བ་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་བཞིན་དུ་ཆོག་དེས་ཡིད་ལ་  
དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཆོག་དེ་འདྲ་སྐྱབ་པ་པོ་འཛིག་རྟེན་ན་མཁས་པའི་  
གྲགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་པོ། ཞེས་སོ། །མཛད་བྱང་ནི། ཞེས་པ་སྦྱོབ་དཔོན་  
དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་སྟན་དག་གི་རྒྱན་ལས་བྱ་དཀའ་ལྷོ་མ་པར་བཅད་  
པ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའོ། །

ཞེས་འགྱུར་བྱང་ནི། གཞུང་འདི་བོད་དུ་འགྱུར་བའི་ཐོག་མ་ཤོང་འགྱུར་ཡིན་  
ཏེ། སྟན་དག་མེ་འོང་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་འདི། སྤལ་དུ་བྱུང་བའི་  
ཡོན་ཏན་དཔག་ཏུ་མེད་པས་སྤྲས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ས་སྦྱབ་འཕགས་པ་རིན་  
པོ་ཆེ་དང་། དཔོན་ཆེན་ཤུག་བཟང་པོའི་བཀའ་ལུང་གིས། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་  
པོ་སྟན་དག་མཁན་ཆེན་པོ་ལྷོ་ཀ་ར་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་ལྔ་བ་དག་སྦྱོང་ཤོང་

སྒྲུབ་དོན་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་དཔལ་ས་སྒྱུའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ལེགས་པར་  
 བསྐྱར་བའོ། །ཐུགས་དཔང་ལོ་ཙྰ་བ་སྒྲོ་གོས་བརྟན་པས་ཀྱང་འཕྱར་བཅོས་  
 རུང་བད་མཛད་ཅིང་བཤད་ཉན་ཡང་ལེགས་པར་མཛད། དཔང་ལོ་འདིས།  
 མོན་ཆོ་སྒྱུངས་པས་སྒྲེ་བ་འདིར། །གཞུང་རྒྱལ་སྤེལ་མེད་ལ་ཤེས་ཞེས་  
 མོགས་གསུངས་པ་ལྟར་མཐེན་རབ་ཀྱི་དབང་ལྷག་ཏུ་གྱུར། དེ་ཡི་རྗེས་སུ་ལྷ་  
 ལུ་ལོ་ཙྰ་བ་ཆོས་སྒྲིང་བཟང་པོས་སྐྱེད་པ་རྒྱུ་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་ལ་  
 གཏུག་སྤེད་པར་བཅོས་ཤིང་མཚན་བྱ་འགའ་ཡང་འདེབས་པར་མཛད་དོ། །  
 སྒྲུབ་ནས་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ཆུ་འཕུག་གི་ལོར་སི་ཏུ་བསྟན་པའི་ཉིན་  
 བྱེད་གྱིས་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་པེ་གཉིས་དང་བསྟན་ནས་སྐྱེད་ལ་ལྷ་དག་དང་  
 བོད་སྐྱེད་ཀྱི་བསྐྱར་ལོར་མི་བཅོས་ཀ་མེད་རྒྱལ་ལེགས་པར་བཅོས་ནས་སྐྱེད་  
 གཉིས་ཤན་སྐྱར་དུ་སྐྱར་དུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ཡང་སྐྱེད་པར་དུ་སྐྱེད་  
 ལ་ཡི་སྤྱིང་དུ་འཕྱུངས་པ་ནང་པའི་བརྗེས་རྒྱུ་ལྷ་སྤྱི་དང་། ཡང་ནང་པའི་བཀ་  
 ཆེན་དག་གི་དབང་ལྷག་གསུངས་པས་མཛད་པའི་སྐྱེད་པེ་འདི་གཉིས་འཕགས་  
 ལུ་ལྷ་དུ་གསུངས་ཆེ་བས་འབྲེལ་བའི་སྐྱེད་པེ་དེ་གཉིས་སི་ཏུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་  
 ཀྱི་ལྷག་ཏུ་འཕྱོར་བ་དེ་དང་བསྟན་ནས་ལེགས་པར་བཅོས་པའི་གཞུང་འདི་  
 ཡིད་བརྟན་ཆེ་བར་མཛོད། དག་གི་དབང་ལྷག་གསུངས་པ་ཞེས་པ་མཁས་པ་  
 སྒྲོ་དུག་གི་ནང་ཆེན་དེ་ཡིན་མིན་བརྟག་གསུངས་སོ། །སྒྲུབ་དཔགས་མེ་ལོང་  
 གི་གཞུང་འདི་ལ་ཤོང་སྒྲོན་ལོ་ཙྰ་མཛོད་བསྐྱས་ས་བཅད་ཙམ་གྱི་འབྲེལ་རུང་

དང་། དབང་ལོ་ཚུས་གཞུང་མཐར་ཆགས་སུ་བཤད་པ་གཉིས་གཞིར་བྱས་  
ནས་བོད་འགྲེལ་ཆེས་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ལམ་སློལ་འདི་ལ་  
ཕན་བ་ཅི་རིགས་སུ་གྱུར་ཀྱང་དཀའ་གནད་འགའ་ལ་མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་  
རྟོག་ཏུ་གྱུར་བ་རྣམས་ཅི་རིགས་ཁམས་པའི་འགྲེལ་བ་དབྱངས་ཅན་དག་གི་  
རོལ་མཆོར་བཀག་བ་ལྟར་ན། ཁམས་འགྲེལ་འདི་ནི་རྩོམ་པ་བོ་མཁྱེན་རབ་  
དང་གསུང་གསལ་ཞིང་། ཟུང་པར་དུ་བརྟུན་སྒྲིབ་པའི་དབང་ལྷན་མ་རྒྱ་བརྒྱ  
ཏ་ཀུན་མཁྱེན་བརྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་གྱིས་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་དང་བརྟན་པའི་  
ཞལ་རྒྱན་ཞིབ་པར་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩམས་པའི་བྱིར། འདིའི་སྐར་  
བྱུང་བའི་བོད་འགྲེལ་མཐའ་དག་གི་ནང་ནས་འདི་ཉིད་ལེགས་བཤད་ཆེ་ཤོས་  
སུ་སྤང་ངོ། །

འདིར་སྒྲུས་པ། ཚིག་དོན་གཉིས་ཀ་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཡི། གཞུང་བཟང་འདི་  
ལ་མེ་ལོང་ཞེས་པའི་མིང་། བདག་ས་པ་ཡང་དག་དོན་དང་ལྡན་མཐོང་ནས། །  
གྲུས་ཤིང་སྒྲོ་བའི་སེམས་གྱིས་རྣམ་བཤད་བྱས། རྣམ་བཤད་འདིར་ཡང་ཚིག་  
མང་སྒྲིས་པ་ཡི། ཁལ་བ་མེད་ཀྱང་གཞུང་གི་དོན་མཐའ་དག་དྲངས་པའི་  
མེ་ལོང་དཀྱིལ་ན་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། སྒྲོ་མིག་ལྡན་པས་བལྟས་པ་ཙམ་  
གྱིས་མཐོང་། གང་ན་ཚིག་གི་རྒྱས་པ་ཐུ་མོའི་དོན། ཡོངས་རྫོགས་གསལ་  
རྒྱས་ལེགས་བཤད་ནོར་བུ་དང་། འོལ་སྦྱི་ཙམ་དུ་བཤད་པ་མཆིང་བའི་ནོར། །  
ཟུང་པར་བྱིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་མོད་གྱི། གཞུང་དོན་རགས་པ་ཙམ་ཞིག་བརྗོད་



བ་ཡིས། སྒྲོ་ཚེས་གྲུང་པའི་སྒྲུབ་ལ་ཅི་ཆ་ཡང་། ཤིན་ཏུ་ཞིབ་མེད་སྒྲོ་ལྟན་  
 མཁས་ཀླུ་མས་ཀྱིས། ལེགས་པའད་རིན་ཆེན་མཚོག་ཀླུ་མས་གྲུས་པས་བྱངས། །  
 དབལ་ལྟན་སྒྲུབ་པའི་དབང་ལྷན་དཀྲིའི་ཞབས། དགྲེས་པ་སྒྲུད་བྱེད་ལེགས་  
 བའད་རྩིས་པའི་མཚོ། འདི་ཉིད་སྒྲུབ་བཟང་ངང་པའི་ཚོགས་ཀླུ་མས་ཀྱུན། །  
 ཡོངས་སྒྲུད་གཤམ་པའི་བསྟོགས་ཉིད་གྲུང་ཅིག ལན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ལེགས་  
 བར་སྒྱུར་བ་ལས། བྱུང་བའི་དགེ་ཚོགས་རབ་དཀར་འདི་བཟང་གིས། ས་  
 གསུམ་སྟིང་གི་ལྟན་པ་རབ་བསལ་ནས། ཡང་དག་ཚོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་རྒྱས་  
 བར་ཤོག བདག་ཀྱང་སྒྲུབ་ཀྱིན་མཚུངས་མེད་སྟན་དག་གིས། རྒྱལ་པའི་ཚོས་  
 མཛོད་རྒྱ་མཚོ་གསལ་བྱེད་ཅིང་། རྟོ་རྟེན་དབྱངས་ལྟ་མོས་རྟེན་བཟུང་ནས། །  
 མད་བྱུང་དག་གི་དབང་ལྷན་འགྲུབ་གྲུང་ཅིག འཛིག་རྟེན་ཁམས་སྒྲུབ་ཀྱི་  
 རྒྱུད་པ་ཞི། ལེགས་གསུང་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ས་སྟེང་གང་། རྒྱལ་པ་སྟན་  
 རིན་ཆེན་སྟོགས་བཅུར་རབ་རྒྱས་ཤིང་། འགྲོ་ཀྱན་ཀྱན་མཁུན་གོ་འཕང་ཐོབ་  
 བར་ཤོག ལྟ་བུའི་ཅོད་པན་ནོར་བུས་མཛོན་མཚོད་པ། དབྱངས་ཅན་  
 དག་གི་དབལ་མོ་དགྲེས་པའི་ཞལ། ཡིད་འོང་སྒྲུབ་པ་གཞོན་ནུའི་འཇུག་  
 དཀར་འོད། འདི་འཛོན་སྟིང་གི་འོ་མཚོར་འདྲེས་གྲུང་ཅིག དེ་ཡི་མཐུ་ལས་  
 མད་བྱུང་དག་གི་དབལ། རབ་གྲུབ་ལེགས་པའད་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་དབྱངས་ཀྱིས། །  
 ས་གསུམ་རོ་མཚར་དབལ་དང་ལྟན་པ་ཡི། རྒྱལ་པ་བཟང་པོས་འགྲོ་འདི་  
 མཛོད་གྲུང་ཅིག ཅིས་སྟན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་པའི་རྩིས་མཚོ་ཞེས་

བྱ་བ་འདིར་སྔ་འགྲེལ་རྣམས་ཀྱི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་བཅུད་འདུས་ཤིང་། སྔ་  
དོན་གྱི་ཆ་འགའ་ཞིག་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཚོད་པའི་སྒོ་ནས་སྔ་འགྲེལ་རྣམས་ལས་ཀྱང་  
འཕགས་པར་གྱུར་པས་ན། བོད་སྔ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་སྟན་འགྲེལ་  
མང་དུ་མཆིས་ནའང་། དོན་འདུས་ཤིང་རྒྱས་བསྐྱས་འཚམས་པ། གོ་སླ་ཞིང་  
མཐར་ཆགས་སུ་བཤད་པ་སོགས་ཀྱིས་རིག་ལམ་འདི་ནི་དོན་དུ་གཉེར་  
བ་རྣམས་ལ་པན་པའི་བསམ་པས། མི་པམ་བ་མཚོ་བྱང་བཞད་པའི་གོ་སར་  
ཞེས་འབོད་པས་རང་ལོ་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་པ། སམོ་བྱའི་ལོའི་སྤྱིན་དུག་ལྷ་བའི་  
ཆོས་གསུམ་ལ་མགོ་འཛིན་ཙམ་བྱས་ནས་ཤར་མར་འབྱེ་འདུན་ཡིན་ཡང་། ཞག་  
འགའ་ཞིག་ལ་གཞན་སྟེན་གྱི་དབང་གིས་ཡིག་ལྗེ་བ་རེ་བྱང་ལས་ཀྱི་རྒྱ་མ་བྱུང་  
ཡང་། ལྷ་བའི་ཡི་ཆོས་ཉེར་གསུམ་རེས་གཟུང་ཉི་མ་དང་རྒྱ་སྐར་དཔོ་འཛོམས་  
པའི་སྔ་དྲོ་དང་པོའི་ཆ་ལ། ལྷན་ཡུལ་གོ་ཐེ་ཞེས་བ་བདེ་མཆོག་གི་གནས་སུ་  
གྲགས་ཤིང་། ཅུ་དང་ཤིང་དང་ཐང་དང་རི་ཡིས་ལེགས་པར་བསྐྱོར་བའི་དབུས་  
ཀྱི་ས་གནས་ཉམས་དགའ་བར་སྤྱིན་པའི་བདག་པོ་མདུན་སྟོན་དེས་མགོ་བཀྲ་  
ཤིས་ཆེ་རིང་གིས་གསུང་དུ་བསྐྱུན་པའི་རང་གནས་ཀྱི་ཁང་བྱ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་  
འབར་གྱིང་དུ་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་འདིས་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་པན་  
བདེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་ མཆོ་ལྷོ། །

༡ ཇོ་སྤྱི། མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་རྗེ་ཆེན་ཀུན། །སེལ་བྱེད་དག་གི་  
བསེལ་འོད་འབུམ། །ཁྱིད་ཞིར་བྱུང་པར་རྟག་སྟོབ། །དབྱངས་ཅན་ལྷ་བ་

དེར་ཐུག་འཚལ། །གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོར་མིང་ཚིག་དང་། །བརྗོད་པ་ལ་བཏོས་  
 ཐོས་བསམ་གྱི། །སྦྱོད་ཡུལ་ཅན་རྣམས་སྤྱན་མོང་གི། །དིག་ལམ་སྤངས་ན་  
 ཤིན་ཏུ་འབྱམས། །ཁྱད་པར་སྒྲན་པར་སྤྱོད་པའི་དྲག་གང་ལ་ལྷན་མིན་དེ་ཡི་  
 ཚོ། །དོག་གིར་བྱང་དང་སྤྲེ་སྦོད་ལ། །མཁས་གྱུར་རྣམས་ལ་འད་སྦྱོན་མང་  
 ལྷན། །བརྒྱ་ཐུག་གནས་ལྗེ་གྲུ་བོ་ཆེ། །འདོར་བཞིན་གསུང་རབ་རྒྱ་མཚོ་  
 ལ། །ཞུགས་འདོད་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱོད་རྣམས། །བཞད་གད་གནས་སྤྱུ་ཅིས་  
 མ་གྱུར། །རྒྱལ་དེ་གཟིགས་ནས་བཀའ་བསྟན་གྱི། །སྦྱི་སྦྱིགས་དིག་ལམ་འདི་  
 མེད་ན། །བསྟན་པ་རྒྱབ་དང་མཚུངས་སོ་ཞེས། །ཀྱན་ལ་གདམས་དང་རྗེས་  
 མ་སྤྱན་པར། །ཤེས་བྱ་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་ལོས་སྦྱར། །འདྲམ་པའི་དབྱངས་  
 དང་གཉིས་མེད་པ། །མི་པོ་སྤྱོད་པའི་མེད་གོ་ཡིས། །ཚིག་རྒྱན་འདོད་འཛོའི་  
 མེ་ལོང་འདིར། །ས་ལ་སྤྲེ་འབྲེལ་བྱུང་ཀྱན་གྱིས། །བཤད་པའི་རྒྱལ་བཟང་  
 ལྷག་མ་བཅས། །སྤོན་བྱུང་རྗེས་སྦྱོས་ཅམ་མིན་པའི། །ལེགས་བཤད་རྩ་ཆེན་  
 སྤྱར་ཡང་བསྒྲགས། །དོན་ཆེན་དགོས་པ་ཆེན་པོ་སྤྱ། །ལྷག་པར་ཐུགས་ལ་  
 རྗེ་རང་ཡང་། །བཏགས་བཞིན་ཆོས་སྦྱིན་སྦྱི་མའི་འཕྲུལ། །བསྒྱུ་བའོས་རྗེས་  
 སྤྱའདོམས་པ་ན། །ཞལ་འདེབས་རིན་ཆེན་གཉིས་པ་ཡི། །སྤང་འཁོར་ཉེར་  
 ལྷ་དང་བཅས་ཏེ། །བཀའ་སྤྱུལ་ཐེབས་བཞིན་ཏུ་འཁྱེད། །བསྒྲ་དབང་མཚོག་  
 རྒྱལ་པོའི་ཞབས། །གང་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་རྒྱ་གཏེར་ལས། །ཆོས་སྦྱིན་སྦྱི་  
 མའི་ཁོར་བྱ་ནི། །དཔལ་སྤྱངས་གདན་སར་སྤྱབ་བསྟན་གྱི། །རྒྱལ་མཚན་

ཀུན་མཁུན་མི་པམ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ།

མངོས་པའི་རྒྱན་དུ་གར། །ང་འདིར་ཡོད་ཅེས་སྒྲ་བ་དང་། །མཚུངས་པའི་  
ལེགས་བཤད་འདིར་ལྷགས་ན། །སྒོ་གསལ་ཆོགས་ནམས་ཆོག་རྒྱན་དང་། །  
སྟན་ངག་སྒྲ་ལ་འགྲན་མེད་འགྱུར། །རབ་དཀར་དགོ་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ། །  
ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱར། །འབབ་པའི་མཐུ་ལས་མཐའ་ཡས་འགོ། །  
དབྱངས་ཅན་གོ་འཕང་ཐོབ་གྱུར་ཅིག །ཐུན་མོང་ཐུན་མེན་ཤེས་བྱ་ཡི། །སྤང་  
བས་འཆོ་བཞིན་འཛིག་རྟེན་ན། །བསྟན་པའི་དབལ་དང་འགོ་བའི་བདེ། །  
རྟག་ཏུ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་ཐོབ་ཤོག །ཅེས་པ་འདི་འང་ལྷ་སྒྲས་ཆེད་བད་བདུད་འདུལ་གྱི་  
ལྷགས་བསྐྱེད་དཀར་པོས་ཉེ་བར་དྲངས་ཏེ་སྒྲར་ཡང་སྤང་ཁང་ཆོས་མཛོད་ཆེན་པོའི་ནང་སྤང་ཏུ་བསྒྲུབས་  
པ་དགོ། །

༄། །བིམ་ཡར་རྒྱལ་དུ་རྒྱལ་ལ་བའི་ཏི་མི་རྒྱུ་ཏི་ཏི་ཀླུ་པའི་རྒྱལ་  
བཅའ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཏི་ཏི་ཀླུ་ །

༄། །སྒྲུབ་པའི་མེད་གེ་མི་མཁ་ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་པར་རྒྱལ་པའི་གསུང་རབ་  
རྒྱལ་གྱི་བཞུགས་བྱུང་རོལ་མཚར་ལོར་ལུང་མེ་ལོང་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༄། །ཐེབ་སྒྲུབ་མི་མཁ་ཏམ་པའི་ནང་ཚན་ཁ་སྒྲོལ་སྒྲུབ་པ་ལྟ་ ཡོད་པ་ལས་  
ཡུལ་ཏི། ལྟ་ མཚམས་ནས་ཟེན་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཏི་ཏི་ཀླུ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་  
དབྱངས་ཨ་གཅིག་ལུང་རེས་པའི་རྒྱལ་བཅས་བྱ་སྒྲུབ་པས་མཛེས་པར་བྱས་པ་  
དགེ་ལེགས་སྒྲུབ་ཅིག ༄། །ཨ་རྒྱུ་ཏམ་ཅེས་པ་ལ། སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་ཏེ།  
༄། །སྒྲུབ་པའི་ལས་སྒྲུབ་དགུང་བདག་པོ་ལྟར། ཅུང་ལྟར་ཡང་དག་རབ་ཏུ་  
ཁུབ་དང་འཛིགས་པ་སེལ། ༄། །རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་བྱུང་། ༄།  
༄། །ཟེག་མེད་རྒྱུ་པ་ཏི་གང་རིན་ཆེན་གསུམ། འོད་ལྟར་བརྟན་པ་ཅན་  
དེས་བཀྲ་གིས་སྒྲུབ། །མུང་བྱུང་ཚོགས་གཉིས་རྒྱུ་གཏེར་ལས་འབྱུངས་མཁུན་  
བཅུ་རྒྱལ་པའི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱལ། །གཟུངས་སྒྲོལ་སྒྲོལ་གྱིས་འོད་སྒྲོལ་བྱུང་བས་  
ཉིན་བཞིན་ལེགས་བཤད་དགའ་སྒྲོལ་འབྱེད། །ཡོངས་རྒྱལ་པས་སྒྲུབ་འབྱེད་  
ནམ་མཁའ་ལ་གནས་ལུང་ཏིགས་པར་ཚལ་བཞད་པའི་གཉིན། །མིད་ཞིའི་  
སྒྲུབ་བྱེད་ཉི་མ་གཅིག་ལྟ་འཛམ་དབྱངས་སྒྲུབ་རྒྱལ་གྱི་ཏིགས་ །ཤེས་བྱ་མཁུན་  
པའི་ཆ་གསལ་ཡོངས་གང་ཡོན་ཏན་ཆེས་ཀྱི་འཕེལ་བ་རྒྱུ་གསལ། །གཙུག་ལག་

རྒྱ་མཚོའི་རི་དྲགས་གཞོན་ལུ་དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་མཚར་སྟག་ཅན། །ལེགས་  
བཤད་བདུད་ཅིའི་དོ་ཤལ་དང་བཅས་གྲགས་སྟན་འོད་དཀར་ས་གསུམ་ཁྱབ། །  
སྒོ་གྲོས་དྲི་མེད་སྒྲུ་བའི་རྒྱ་བ་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་རྗེ་མི་པམ་ཞབས། །<sup>༡</sup>རྒྱལ་  
ཀུན་དགོངས་པ་དབྱིངས་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་དུ་མར་ཤར་བའི་རྣམ་ཐོལ་ཅན། །  
མིང་ཆིག་བརྗོད་བའི་སྒྲོས་མཐའ་སྤངས་ཀྱང་ཆོས་ལུང་སྟན་པར་སྒྲུ་བའི་  
དབྱངས། །གཞོད་ནས་ཞི་བའི་ནགས་སུ་གཤེགས་ཀྱང་ཁམས་དབང་མོས་  
བའི་རྗེས་སུ་འགོ། །བསྟགས་འོས་རྣམ་ཐར་རྒྱལ་དང་མི་བྱེད་འཛིག་རྟེན་  
མིག་གཅིག་སྤྲོད་རྒྱ། །<sup>༢</sup>མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆགས་ཐོགས་བྲལ་ལ་འཇམ་  
དཔལ་གཞོན་ལུ་མཐོན་སུམ་ཉིད། །བརྟེ་བའི་ཐུགས་རྗེ་གཞན་པའི་ལ་ཆགས་  
ཐུག་ན་པརྟོག་ཉིས་པར་སྒྲོས། །ལུས་པའི་ཕྱི་ལས་དོ་རྗེའི་མཚོན་གྱིས་བདུད་  
སྟེའི་དབྱང་བཅོམ་གསང་བ་འཛིན། །རིགས་གསུམ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
གཅིག་བསྟུས་འཇམ་དཔལ་དབྱེས་པའི་དོ་རྗེར་གྲགས། །<sup>༣</sup>ཚུལ་གནས་མང་  
ཐོས་ལུང་གི་རྩ་བརྟན་དབྱིག་གཉེན་གཉིས་པའི་རྣམ་ཐར་འཛིན། །བསམ་  
བྱུང་རིག་པའི་མེད་ཀྱི་བཞད་ལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དྲི་བསྐྱང་འཕྲོ། །སྒྲོམ་  
བྱུང་ཤེས་རབ་འབྲས་སུའི་ཁུར་ལྷི་རྣལ་འབྱོར་གྲུབ་པའི་གསང་བ་འཛིན། །  
ཐུབ་བསྟན་སུམ་རྩེན་གོང་ཁྱེར་མཛེས་རྒྱུན་སྒྲོན་མེད་ཡོངས་འདུས་ས་བརྟོལ་  
དབང་། །<sup>༤</sup>འཆད་པའི་རྣམ་དབྱེད་ཆོས་སྒྲོ་རྒྱ་མཚོར་སྤྲད་ཅིག་གིས་འཇུག་  
གཉིས་འཕྱང་སྟེང་། །ཅོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཆད་མ་གསུམ་ལྷན་དངོས་སྟོབས་

རིག་པའི་དོན་ལྟོ་བསྐྱེད་པའོ། རྩོམ་པའི་ཉམས་འགྱུར་གྱི་བས་རབ་མཛེས་ལེགས་  
 བཤད་སྒྲུབ་སྒྲིང་རྣམ་པ་གྲ་བས། རྒྱུ་བསྐྱེད་རྩོགས་ལྡན་དུས་སྒྲིབ་དར་མཛོད་  
 ཚེས་རྒྱལ་ལྟ་དབང་གཉིས་པར་ངེས། །ལྷ་མཁས་པའི་རྣམ་དཔྱད་ཕྱོགས་རེ་  
 མ་ཡིན་འཛམ་གླིང་རྒྱུ་རྒྱུ་མཚོག་གཉིས་དང་། རྒྱུ་བའི་ཡིན་ཏན་གྲགས་  
 བ་ཅམ་མིན་རྣལ་འབྱོར་བརྒྱད་ཅུ་ཅུ་བཞི་ཡི། རྩོམ་ཚར་རྣམ་ཐར་གཅིག་ཏུ་  
 བསྐྱེད་པས་མཁས་ཤིང་རྒྱུ་བའི་འཁོར་ལོས་སྒྲུབ། གངས་རིའི་ཁྱོད་གྱི་  
 རྒྱུ་བསྐྱེད་མཛེས་རྒྱུ་སྒྲུབ་པའི་སེང་གོ་གཅིག་ཕུ་ཉིད། །ཁྱོད་མཚུངས་སྒྲེས་  
 སུ་འགའ་ཡང་མ་དམིགས་གསུང་མཚོག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི། ལེགས་  
 བཤད་སྒྲུབ་དབྱངས་ཚིག་གཅིག་ལ་ཡང་དོན་མང་ཚོས་སྤང་གསང་བ་སྒྲུད། །  
 དོན་གཅིག་ངག་གི་སྒྲོམ་གར་འབུམ་བསྒྲུར་འཆི་མེད་དབང་མོའི་འཛོ་སྒྲིག་  
 རོམ། གཟུར་གནས་མཁས་རྣམས་བདེན་པ་འཕྲོག་ཅིང་སྒྲལ་བཟང་དགའ་  
 བས་རྣམ་པར་ཅེན། །དེ་ལྟའི་གསུང་རབ་ལེགས་བཤད་མཚོར། །རབ་  
 འབུམས་ཚོས་ཚུལ་ཚུ་སྤྱང་འབུམ། གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་ངོ་མཚར་གཏམ། །  
 ཚེས་མཛོད་རྒྱུ་རྒྱུ་བཞུགས་ཚུལ་གྱིང་། །དེ་ལ་འདིར་དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
 བ་ཡོངས་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲུབ་གཅིག་ཕུ་འཛམ་དབལ་དབྱངས་དངོས་གངས་རིའི་  
 ཁྱོད་གྱི་སྒྲུབ་པའི་སེང་གོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་གཟིགས་མ་རྩུ་བརྟེན་ཏེ་མི་པམ་  
 འཛམ་དབལ་དགུའི་པའི་དོན་མཚོ་བྱང་བཞད་པའི་གོ་སར་ཞེས་གྲགས་པའི་  
 གཏུགས་དཀར་སྤྱིད་ཞེའི་སྒྲུབ་མཛོད་པར་མཐོ་བ་གང་དེས་དབལ་གྱི་མགུལ་

ནས། བཀའ་མེ་སྒོ་དྲ་གསུམ་གྱི་བཅུད་ལྷུང་། ལམ་བསྐྱབ་བ་གསུམ་གྱི་གནད་  
དེལ། རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་རྒྱ་མཚོའི་དགོངས་པའི་གསང་མཛོད་བཅོལ་ནས་  
ལེགས་པར་བསྐུལ་བ་ཚིག་དོན་གྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེར་ཉམས་འགྱུར་བཏུང་ཅིའི་  
ཐིགས་པ་འབུམ་དུ་འཛོལ་བ་བྱས་པ་དང་། ལྷག་པའི་ལྷ་ཡིས་རྗེས་སུ་བཟུང་  
བས་སྒྲོབས་པའི་གཏེར་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ཡོངས་སུ་གོལ་ཏེ་དོན་དང་ལྷན་པའི་  
ཆོས་དང་ཉེ་བར་འབྲེལ་བའི་འཆོས་སྒྲོབ་དུག་བྲལ་གསུམ་ལྷན་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་འཛམ་གླིང་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱན་དུག་དང་མཚོག་གཉིས་གྱི་གཞུང་  
ལུགས་དང་རྣམ་དབྱེ་མ་མཆིས་ཤིང་། སྟིགས་དུས་སྒྲོ་བློས་འཆལ་བར་སྒྱུད་  
པས་ལྷ་ལྷག་རིག་གཞུང་རྒྱ་མཚོར་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་རྟོག་མར་  
གྱུར་བ་ཡོངས་སུ་བགྱུང་བར་བྱེད་པའི་ནོར་བུ་ཀུན་གྱི་ལྷ་བུའི་གསུང་རབ་ཅོ་  
མཆར་འོད་ཟེར་བརྒྱ་པའི་སྒྲུང་བ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་འཕྲོ་ཞིང་། གསེར་  
ཞིང་ནོར་བུས་སྒྲུས་པའི་ཡོན་གྱིས་ཀྱང་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་རིན་ཐང་ཡང་  
གཞལ་དུ་མེད་པ་གཟུར་གནས་མཁྱེན་རབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཤིང་  
ལུང་རིགས་སྒྲུ་བའི་སང་གོ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་ཏེ། རྣམ་དབྱེད་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་རྒྱན་དུ་འཛིན་ཅིང་། བསྐྱུགས་བཅོམ་གྱི་མེ་རྟོག་སེལ་མ་འཐོར་བའི་  
གསུང་འབུམ་ནོར་བུའི་མེ་ལོང་འདི་དག་སྤར་དུ་སྒྲ་རྗེས་རི་ལྷར་བསྐྱུན་པའི་  
རྒྱལ་གཤམ་བྱང་ལས་གསལ་བ་བཞིན་དེའང་གཞུང་མཆན་རིགས་ཁ་ཤས་  
མཛོད་པ་འཕྲོ་ཅན་འཆར་གཞི་མཆན་བུ་ཅན་དང་། སྤར་དུ་མ་འཁོད་པའི་



ཕྱག་གིས་ཐམས་ཅད་འདའ་ཁར་ཞལ་ཆེས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཕྱག་སྐྱེས་ཡོངས་  
 ཀྱི་ཕྱ་པོ་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟ་བུ་ཆེན་མོ་མཚོ་གྲུལ་འོ་པོ་ཆེ་རྒྱལ་ཚབ་བསྐྱེད་  
 རྒྱལ་རྒྱལ་ལ་བསྐྱེད་ཅིང་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཚབ་དུ་མངའ་དབང་བསྐྱེད། མཚོ་གྲུལ་  
 རྒྱལ་འོ་པོ་ཆེ་འོ་ཕྱག་སྐྱེས་བཙུན་བསྐྱེད་དེ་བཀའ་འོ་བསྐྱེད་པ་མཛད་ཅིང་། སྐར་དུ་  
 བསྐྱེད་སྐྱེས་ཏེ་ཆོས་མཛོད་ཆེན་པོར་བཞག་སྐྱེས་པ་ལོ་ཕྱག་སྐྱེས་བཞེད་ཀྱིས།  
 སྐྱེས་ཁ་དག་འདུན་རྒྱལ་མཚན་ལ་བཙུག་ཏེ་སྐྱེན་ཆད་ཆོས་སྐྱེན་རྒྱལ་སྐྱེས་  
 ལ་མ་བྱུང་བའི་རིགས་ལྟེན་ཆེན་པོ་ད། ལྟེན་འབྲེལ་པོ་ད། འཛིན་བཀའ་དམ་བས་  
 ཞེ་ཆེན་དགོན་དུ་བཞག་མཚན། བཅས་སྐར་དུ་བསྐྱེད་སྐྱེས། མེ་སྐྱེས་ལོར་ཕྱག་སྐྱེས་  
 ལུང་རིགས་སྐྱེས་པ་མཁས་འོ་པོ་ཆེ་ཀུན་དཔལ་ཕྱོན་ཏེ་ཞལ་ལྟོན་རྒྱས་ནས་  
 དབུ་མ་རྩ་མཚན། ཤེར་ཕྱིན་མཛོད་མཚན། མཛོད་ཀྱི་བཅས་ཕྱག་མཚན་  
 དཀྱུས་སྐྱེས་པ་བར་མཛད་དེ་མཁས་གྲུབ་ཉི་ལྔ་ལྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐར་བས་སྐྱེད་  
 བའི་སྐྱེས་པ་འདུན་བསྐྱེད་འགྲོའི་བསྐྱེད་ནམས་ཀྱིས་མ་དབང་བར། མཚོ་གྲུལ་  
 རྒྱལ་འོ་པོ་ཆེ་མཛད་པ་འཕྲོ་ཅན་དུ་ཞིང་སྐར་གཞན་དུ་གཟིགས། ཉེ་གནས་  
 དག་སྐྱེད་འཕགས་མཚོ་གྲུལ་ལོ་ལོ་ཞིང་སྐྱེད་ལ་སྐར་གྱི་དོ་དམ་བཙུག་  
 བས་སྐྱེས་པའི་ཕྱག་སྐྱེས་དགོངས་སྐྱེས་སྐྱེད་སྐྱེད་ལྟེན་དེ་ཕྱག་སྐྱེས་འཕྲོས་  
 ལྟེན་དང་། དད་ལྟོན་རྒྱལ་ཀྱི་ཞལ་འདེགས་ལ་བརྟེན་གཞུང་འབྲེལ་གསུམ་  
 སྐྱེས་སྐྱེས་སྐྱེད་སྐྱེད། ཐབས་ཤེས་གང་དག་གིས་རྒྱལ་ལོ་ལྟོན་གྲུབ་སྐྱེད་  
 བས་ཆོས་སྐྱེན་ཆེན་པོ་རྒྱལ་སྐྱེད་དང་། སྐྱེས་སྐྱེད་ཀྱིས་མཛོད་མཚོ་གྲུལ་དང་བཙུག་

བཀའ་དྲིན་གྱིས་སྒྲོང་བའི་མགོ་འདྲེན་གནང་སྟེ་གཞུང་སར་སྒྲན་སྒྲོན་ལུལ།  
གངས་ལྗོངས་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱབས་མགོན་ཡུལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་གཟིགས་  
ཆེན་པོས་ཀྱང་དེང་སང་གི་དུས་ཙམ་ན་ལྷག་པའི་ལྷས་རྗེས་སུ་བབུང་བས་དོན་  
ལ་མཁའ་པ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་ཞེས་གཟིགས་པ་ཡངས་པའི་དབང་གིས་  
མདོ་སྨད་ས་དབང་སྒྲན་སྟོད་པ་བཞུགས་སྐབས་བཀའ་འབུམ་བརྟེན་བཅུག་  
ཞུད་གཞུགས་འདེགས་སྤྱད་ཁང་ནས་སྒྲོར་ཆོག་པའི་བཀའ་ཤོག་གནང་ཐོབ།  
ས་འབྲུག་ལོར་སྤར་དཔོན་བླ་མ་བསྟན་འཛིན་ཆོས་གྲགས་བཞུགས་སྐབས་  
སྤར་བཀོད་པོད་ཆེ་འབྲིང་ལྷ་ལ་ཞུ་གསུམ་པ་གནང་བའི་ཕྱག་རྟགས་ཐོག་པ་  
ནམས་བརྟེན་ཞིབ་བཅོས་དེ་ལོན་བཅས་སྤྱད་ཁང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་  
ཏེ་ལས་འགོ་འཛིན། ས་སྐུལ་ལོ་གཞུང་ཁྲི་གསུམ་སོགས་སྤར་བཀོད་པ་  
ཞུད་གསུམ། གཞུག་སེམས་སྒྲོར་པོད་ཉ་སྤར་དུ་བསྒྲུབ། ལྷགས་རྟ་ལོར་བུམས་  
ཆོས་སྟེ་ལྷ་འཇུག་འགྲེལ་སོགས་ཞུ་བཅོས་གནང། རྒྱ་སྐུལ་ལོར་སྤར་དཔོན་བླ་  
མ་དམ་པ་བཀའ་དབང་འཛིགས་མེད་བཞུགས་སྐབས་སོར་མཆན། ཆོད་བཅུས་  
སོགས་དང་། དུས་ཟིངས་སྐབས་སྤར་ཆོད་ལུས་སོང་གཤིས་འཕྲོར་རིགས་  
ལ་ཞུ་དང་པོ་གྲུབ། ཉེ་སྤར་རྟོགས་བརྗོད་སོགས་ཁྲིམ་སྤར་སྤར་བསྐྱར། ཟླ་  
ལོར་འཕྲོས་ལུས་སྤར་མཇུག་སྒྲིང་རྩིས་ཀྱང་། དེ་ནས་ནད་ལྷག་འབྲུགས་ཚོད་  
སོགས་དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་ཆེས་ཆེར་བདོ་ཞིང་ནག་པོའི་ཕྱོགས་གྱུར་ཅུ་ལག་དང་  
བཅས་སྒྲོབས་ཤུགས་རབ་དུ་འཁོལ་ཏེ་མགོ་བོ་མཐོ། དཀར་པོའི་ཕྱོགས་ནི་

དབྱེད་འཕང་དམའ། བཅོམ་བཤེད་འབྱུང་གནས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉམ་  
 ཤིན་ཏུ་སྤྲ། བསྟན་འཛིན་པལ་ཆེར་ཞི་བའི་དབྱེད་སྒྲུབ་གཟིམ། ཞལ་བཞུགས་  
 བ་རྣམས་ལ་དམ་སྤྲིས་སྒྲུབས་ཤིན་ཏུ་བཅའ་ཉེ་ཆོས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་  
 བོར་བསྟན་སྤྲིད་བར་སྒྲུབས་ཀྱི་རྒྱུད་པས་ཅི་ཡང་གཅོས་པའི་སྒྲུབས་སྤྲ། སྤྲ་  
 དཔོན་སྤྲ་མ་དམ་པ་སྤྲ་གསལ་གསལ་སྤྲ་གྱི་གཉེར་འཛིན་སྤྲ་གན་ཞིང་སྤྲ་ཡང་  
 རྒྱུན་རབ་གྱི་གཡང་སར་འབྱུག། བར་ཆད་ཀྱི་འཕྲང་དུ་རྒྱུད། བདུད་དབྱས་  
 རྟོག་ལ་རྟོམ་སྤྲེ་སྤྲ་རྣམས་གཟན་དུམ་བཞིན་དུམ་ཁྲོད་དུ་ལོ་ཤས་ཉལ་བའི་  
 སྒྲུབས་རྩལ་རི་ལྟར་སྤྲ་ག་ལ་སྤྲོན་མེད་སྤྲ་བ་བཞིན་སྤྲེགས་ལཱའི་ཐུན་པའི་  
 རྟོང་ན་ཐུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཆོས་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་རིས་མེད་བསྟན་པའི་རྟོག་  
 ཤིང་གཅིག་ལུང་གྱུར་པ། འཇམ་པའི་དབྱེད་སྒྲུབ་དཔོན་མཁུན་བཅེད་དབང་  
 བོའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་ལུང་པོ་དུར་སྤྲིག་གར་གྱིས་ཅེན་པ་འཇམ་དབྱེད་སྒྲུབ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོ་  
 གོས་སམ། གཙུག་ལག་སྤྲ་བའི་ཉི་མ་རིས་མེད་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ཐོན་ལས་ཀྱིས་ཐོགས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སྤྲུམ་བྱུང་བ་མེད་པས།  
 གསུང་གང་ཟབ་རྫོགས་སྤྲོར་སོགས་མང་ཆན་ལྟེན་པ་ཅམ་སྤྲ་དུ་བཀོད་  
 བས་བཀྲ་ཤིས་ལྟ་ཅེར་བཞུགས་སྤྲུགསོལ། ཐུགས་སྤྲུམ་ཡོངས་ཀྱི་ཐུ་བོར་  
 ཆོས་རྒྱལ་སྤྲེད་གཤེད་ལྟ་སྤྲུམ་རིན་པོ་ཆེ་ཆོད་བང་བདུད་འདུལ་མཚོགས་དང་། སྤྲ་  
 དཔོན་སྤྲ་མ་བསྟན་ཆོས་བཅས་ལ། བཀའ་འཕུལ་ལས་འཕྲོ་རིགས་ལ་གཟིགས་  
 རྒྱུང་གནང་དགོས་པའི་བཀའ་སྤྲེགས་ཐུག་རྒྱས་སྤྲུམ་པའི་ལམ་ནས་གསེར་

སྟན་འཛིན་པོ་ཆེར་ཉེ་བར་སྒྲོན་པར་མཛད། ལྷ་སྤྲུལ་འཛིན་པོ་ཆེས་རྒྱལ་བའི་  
 བཀའ་བཞིན་སྒྲིབ་པར་མཆོད་དེ་འབྲལ་སྒྲུབ་དགོས་པའི་གསུང་ནན་བསྟུལ།  
 སྤྲར་དཔོན་སྤྲུལ་དམ་པས་ཀྱང་དད་དམ་ལྷག་བསམ་ཆེན་པོས་ཉེ་བར་བརྒྱང་  
 རྟེན་མེས་སྤྲང་ལོར་སྤྲར་ཆད་རིགས་དང་། བསམ་གཏན་བྱི་མའི་མཆན་འབྲེལ་  
 དེས་ཤེས་སྒྲོན་མེ་བཅས་ལྟེབ་ཙམ་ལག་ཤོས་དང་གསང་རིམ་མཆན། དཀོན་  
 མཆོག་རྗེས་དྲན་འབྲེལ། བཀྲལ་ལན། རབ་ལན། ཉེ་སྤྲུལ་རྟོགས་བརྗོད།  
 སྟན་འབྲེལ་སོགས་ཁྱེད་གཤེགས་པར་གནང་བ་རྣམས་དུས་ཆེས་དགའ་བར་  
 གོགས་དང་བར་ཆད་མེད་པར་ལེགས་པར་གྲུབ་སྟེ། ཆོས་མཛོད་ཡོངས་འདུས་  
 ཆལ་གྱི་དབུས་ཕྱོགས་རྩ་འཛིན་པོ་ཆེའི་གཞུང་མེད་ཁང་འོད་གྱི་བྱ་མིག་ན་  
 བཞུགས་སུ་གསོལ་བའོ། །དེ་ལ་གསུང་འབུམ་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་བཀའ་ཡི་  
 བསྟུང་བ་གྲུབ་པའི་དཀར་ཆག་སྤྲུལ་འབྱུང་བ་སྟན་པ་མཛེས་སྟན་མཁན་འཛིན་པོ་  
 ཆེ་ཀུན་དཔལ་གྱིས་མཛད་པ་ལས། གསལ་བ་དེ་དག་ཀུན་དཔལ་ཞེ་རྟོགས་  
 སོགས་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། དད་སྒྲིབ་ལ་དཀར་བཅས་ལ་སྤྲར་གྱི་  
 སྟེགས་བུ་ཅི་རིགས་བཞུགས་ལ། དཔལ་ལྷན་སྟན་གྲུབ་སྟེང་གི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་  
 པོར་སྤྲུལ་རྗེས་སྤྲར་དུ་འཁོད་རིགས་ཆོས་མཛོད་ཆེན་པོར་བཞུགས་སུ་གསོལ་  
 བའི་སྟེགས་བམ་ཀྱི་བཞུགས་བྱང་ལ། སྟན་མོང་རིག་གནས། སྟན་མིན་  
 རང་དོན། ཉེར་མཁོ་སྤྲུལ་ཆོགས། ཡན་བྱེད་གཏོ་ཐབས་གྱི་སྒྲོར་བཞི། དང་པོ་  
 ལ། སྤྲུལ་ཆད་མ། བཟོ། གསོ་བ། སྟན་དག་སྤྲར་ཅིས་གྱི་བསྟན་བཅོས་དུག

གཉིས་པ་ལ། མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཆོས་འཁོར་གསུམ་གྱི་  
 ཁོངས་སྒྲགས་པའི་རྣམ་བཤད་དང་། བཀའ་ལན་གྱི་སྒྲོར། གཉིས་པ་  
 ལ། དགོངས་འགྲེལ་ལེགས་བཤད་གྱི་སྒྲོར། སྒྲུབ་ཐོན་ཆོག་ཁྲིགས་གྱི་སྒྲོར་  
 གཉིས། བྱི་མ་ལ། རྒྱུད་སྡེ་དང་། སྒྲུབ་སྡེའི་དབྱེ་བ་བཅས་ས་བཅད་སོ་སོར་  
 འབྱེད་དེ་ཆོན་སྒྲིགས་གྱིས་ཆོན་བྱང་གསལ་བྱེད་གྱི་གྲངས་ལ་བསྟར་ན། མཐས་  
 པ་དགའ་བར་བསྐྱེད་པ་སྦྲང་ཡང་། གོང་གསལ་སྟར་བཤད་བྱ་མང་པོར་  
 གཞན་རྒྱུན་ཁོར་བརྟེན་ཆོན་པེ། དུམ་རེ་ཅི་འགྲུབ་སྟར་བཀོད་རྣམས་དང་  
 གྲེགས་བམ་ཅི་འགྲེགས་འགྲེགས་གྱིས་དང་པོ་སྟར་ལ་བཀོད་དུས་མ་བྱུང་  
 སྟབས། ས་བཅད་གོ་རིམ་དང་མཐུན་པའི་མཆོན་བྱང་མི་འགྲེགས་པུང་ཆོལ་  
 སྡེའི་དགོས་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་སྟེ། ལྡེ་བ་འབྲིང་རྣམས་འཇམ་དབྱངས་རིག་  
 སྒྲགས་གྱི་རྟགས་ཅན་དང་། ལྡེ་བ་ཆེན་རྣམས་གསལ་བྱེད་མཆོན་རྟགས་ཅན་  
 སྟར་བཀོད་ན་ཐོག་མར་གྲེགས་བམ། ཇོ། རྟགས་ཅན་ལ། ༡ རྒྱལ་པོ་  
 ལྷགས་གྱི་བསྟན་བཅོས་ས་གཞི་སྒྲོང་བའི་རྒྱ། ༢ གཞི་ལ་ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 པར་སྒྲུབ་པའི་དགོ་ཚུལ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་མཆོན་འགྲེལ་ནོར་བུའི་ཐོང་  
 བ། ༣ དབྱུང་མ་རྩ་བའི་མཆོན་འགྲེལ་གནས་ལྷགས་རབ་གསལ་གྱུ་དབང་  
 དགོངས་རྒྱུ། ༤ དབྱུང་མ་ལ་འཇུག་པའི་འགྲེལ་བ་རྒྱ་བའི་ཞལ་ལུང་དྲི་  
 མེད་ཤེལ་ཐོང་། ༥ རྒྱུད་ལུང་བཤགས་འགྲེལ། མན་ངག་གི་ཆོག་དོན་  
 རྩེ་ཐད་བཤད་པ་དྲི་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་། ༦ བཅས་འཁོར་ལྡེ་བ། ༧ ཇོ།

རྟགས་ཅན་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོ་སྤེའི་རྒྱུན་གྱི་དགོངས་དོན་རྣམ་པར་བཤད་  
 པ་ཐེག་མཆོག་བདུད་ཅིའི་དགའ་སྟོན། ༡༥ ར། རྟགས་ཅན་ལ། དམ་པའི་  
 ཆོས་མདོན་པ་མདོན་གྱི་མཆན་འགྲེལ་རིན་པོ་ཆེའི་དོ་ཤལ་སློབ་གསལ་དགུས་  
 པའི་མགྲུལ་རྒྱ། ༡༦ ར། རྟགས་ཅན་ལ། ཤེས་ཕྱིན་མདོན་རྟགས་རྒྱུན་གྱི་  
 མཆན་འགྲེལ་ལུ་རྒྱ་རི་ཀའི་དོ་ཤལ། ༡༧ ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་སྤྲེའི་བསྟན་  
 བཅོས་གྱི་མཆན་འགྲེལ་མི་ཡམ་ཞལ་ལུང་། ༡༨ བདེ་ཤེས་ཤེགས་སྤྱིང་པོའི་  
 སྟོང་ཐུན་ཆེན་མོ་སེང་གའི་ངའོ། ༡༩ ཆོས་ཤིང་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་  
 པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་འགྲེལ་པ་ཡེ་ཤེས་སྤྱང་བ་རྣམ་འབྱེད། ༢༠ དབུས་ཤིག་  
 དང་མཐའ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་གྱི་འགྲེལ་པ་འོད་ཟེར་ཐེང་  
 བ། ༢༡ དོན་ཤིང་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་མཆན། ༢༢ ལུང་ལྟ་སྟུ་  
 རོལ་པའི་དོ་རྩེའི་དབུ་མ་ལྟ་བུའི་མགྲུང་ཟབ་མེའི་རྩ་འགྲེལ། ༢༣ བཅས་འཁོར་  
 རྩེལ། ༢༤ ཅ། རྟགས་ཅན་ལ། རྒྱུད་ལུགས་འཇམ་དཔལ་ཞི་བའི་རྒྱུ་བ་ཐབས་  
 ཡེ་ཤེས་སྤྱང་བ་མཆོག་གྲུབ། ༢༥ འཇམ་ཤིང་དཔལ་བསྟོད་པ་བྱིན་རྒྱལ་གཉེར་  
 ཆེན། ༢༦ བཤེགས་ཤིང་བསྐྱེད་སྤྱང་འཁོར་བསྐྱོམ་པ། ༢༧ ཡང་ཤིགས་ངེས་ཡི་རྒྱུ་བ་  
 པ་འཆི་མེད་དོ་རྩེའི་སྟག་གྲུབ། ༢༨ འཇམ་ཤིང་དཔལ་གྱི་ཆོགས་མཆོད། ༢༩ ཆོགས་ཤིང་  
 བསྐྱེད་སྤྱང་པའི་ངང་ལས། ༣༠ ལོ་ལྟ་སྟུ་རྩྱ། རྩྱ། རྩྱགས་དུས་རྒྱལ་བ་སོགས། ༣༡  
 འཇམ་ཤིང་དཔལ་གྱི་བསྐྱེད་བཞུགས་ཐེང་བ། ༣༢ འགྲེས་ཤིང་བྱེད་པ། ༣༣ བསྐྱེད་སྤྱང་  
 རྩྱ་རྩྱ་སྤྱིང་སོགས། ༣༤ འཇམ་ཤིང་དཔལ་དབྱངས་གྱི་རྒྱུ་བ་ཐབས་དང་



བརྟག་པ་འཇམ་དཔལ་དགེ་སྒྲིལ་པའི་ཞལ་ལུང་། ༡༡ འཇམ་ལྟ་དཔལ་སྒྲིལ་པའི་སེང་  
གའི་སྒྲིལ་ཐབས་སྒྲོ་ཡི་ཉིན་བྱེད། ༡༢ འཇམ་ལྟ་དཔལ་གྱི་ལས་ཆོག་ཀུན་  
འབྱུང་ནོར་བུའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ལས་ལྟ་ཆོག་ལ་ཐོར་ལོའི་དཔེ་འཁྲུག་པའི་བཅས།  
༡༣ ཅིག་ལྟ་ཅུང་འཕོ་བའི་གདམས་པ། གཟུངས་ལྟ་སྒྲིལ་སྒྲོར་བའི་  
གསང་ནོར་བུའི་གཏེར་མཛོད་སྟོང་གི་མུན་སེལ། ༡༤ ལས་ལྟ་སྒྲིལ་པའི་  
སྒྲོར་འཕོར་བུའི་རིག་སྒྲིལ་བསྐྱེད་དགོས་འབྱུང་གཏེར་གྱི་བུམ་བཟང་། ༡༥  
ས་སྟོང་ལྟ་སྒྲིལ་པའི་ལས་སྒྲིལ་པ། ས་སྟོང་ལྟ་བུ་དང་། ཆོག་ལྟ་  
བདུན་གསལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་བླ་མའི་རྣལ་འབྱེད། ༡༦ དེའི་ལྟ་ཆོག་  
མཆོད། ༡༧ འཕགས་ལྟ་ལྟལ་རིག་འཛིན་བརྒྱུད་ཀྱི་གསལ་འདེབས་དང་བོད་  
ལྟལ་བྱུང་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་གསལ་འདེབས། ༡༨ འཇམ་ལྟ་དཔལ་ཁོ་རྒྱུ་དུག་གཏོང་  
ནག་པོའི་རྒྱུ་བྱེད་མཛོད་རྟོག་སྒྲིལ་ཁོ་རྒྱུ་ལོལ་མ། ༡༩ བཅས་འཕོར་ལྟལ་ལྟ་  
རྟོག་ཕན་ལ། ཀུན་མཁྱེན་རྟོ་རྟེ་གཟི་བུ་དེད་ཀྱི་བླ་མའི་རྣལ་འབྱེད།  
བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཞི་བ་གསང་ཆེན་རིག་སྒྲིལ་གཅིག་སྒྲིལ་ཐབས། ༢༠ རིག་འཛིན་  
བརྒྱུད་བསྐྱེད་བྱེད་སྒྲིལ་ཆར་འབེབས། ༢༡ བསྐྱེད་ཀྱི་རྟོག་ཆེན་མོའི་བྱེད་  
འབེབས། ༢༢ བཀའ་བརྒྱུད་བདེ་གསལ་འདུས་པའི་ལས་བྱུང་དངོས་བྱུང་  
ཀུན་འབྱུང་ལྟལ་ལྟ་ ༢༣ རྟོག་ལྟལ་བརྒྱུད་བདེ་གསལ་འདུས་  
པའི་ཆོ་འཇགས་རྟོ་རྟེ་ཆོ་མཆོག་བྱུང་བ། ༢༤ བཀའ་བརྒྱུད་བདེ་གསལ་  
འདུས་པའི་བྱུང་བའི་མཆོད་སྒྲིལ་མཛོད་རྟོག་ཆེན་མོའི་གསལ་འདེབས་རྟོ་



རྗེ་བཀོད་པའི་འོད་ཟེར། ༡༩ དྲེགས་ལ་པའི་མེ་དཔོན་སྐུ་ཅུའི་གསོལ་བུང་  
 རྒྱུད་ནས་བརྟུས་པ་ཐིན་ལས་ལྷུང་འབྱུང་། ༢༠ བཀའ་ལ་བརྒྱུད་བདེ་གཤེགས་  
 འདུས་པའི་བསྐྱེད་རྗེ་གས་ཆུང་པའི་མདངས་བསྐྱང་། ༢༡ བཀའ་ལ་བརྒྱུད་ཁྱོ་བོ་  
 རོལ་པའི་གཏོར་བརྒྱུག་བསྐྱུས་པ་དག་བཤེགས་དཔུང་འཛོམས། ༢༢ ཁྱོ་བོའི་  
 བྱུང་གི་བརྒྱུག་བུང་། ༢༣ དྲག་ལ་སྐྱེགས་སོ་ལཱའི་གམ་བུ་སྐྱེགས་བུང་། ༢༤ བྱུང་གི་  
 ལྷས་ངན་བརྒྱུག་པ་རྒྱས་པ། ༢༥ ཡང་ལྷ་བྱུང་བརྒྱུག་ ༢༦ བཀའ་ལ་བརྒྱུད་འདོན་  
 འགྲེགས། ༢༧ ཆོ་ལངས་བྱུག་རྒྱ་ཟེལ་གཞོན་གྱི་ལས་བུང་གནས་ལྷགས་འབར་  
 པའི་འཁོར་ལོ། ༢༨ བསྐྱེལ་ལ་པ་རྩྭ་བསྐྱེལ་པ་བརྒྱུད་ཁྱོ་བོ་སྤྱོད་ཞེས་པ། ༢༩  
 འཛམ་ལ་ལྷ་དཔལ་གཤིན་རྗེ་གཤེད་གྱི་དྲག་པོའི་སྐྱོན་སྤེལ་དོ་རྗེའི་མེ་དཔལ་  
 རབ་འབར། ༣༠ འཛམ་ལ་ལྷ་དཔལ་ནག་པོའི་གྲིབ་འཛོམས་དོ་རྗེ་པ་ལམ་གྱི་  
 ལས་མཐའ་ཟབ་རྒྱ་འགྲོལ་ནས་གཤེགས་མེད་པར་བསྟན་པའི་ཐིན་ལས་དོ་  
 རྗེ་མེ་ཆེན། ༣༡ རྩྭ་ལ་མགྲིན་ཡང་གསང་གི་ཐིན་ལས་དབང་དྲག་འབར་པ། ༣༢  
 རྩྭ་ལ་མགྲིན་ནག་པོའི་ལས་འགྲེག་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་སྐྱོན་ལུང་། ༣༣  
 དཔལ་ལ་ལྷ་ཆེན་ཡང་དག་གི་རྒྱན་གྱི་རྩལ་འབྱོར་རུ་ལྷ་གསང་པའི་དགོངས་  
 པ། ༣༤ བྱུག་ལ་ལྷ་དོ་རྗེ་དྲེགས་པ་ཀྱན་འདུལ་གྱི་ཕྱི་ནང་གསང་རྒྱུ་པ། ༣༥ རྒྱུད་ལ་  
 ལྷགས་དོ་རྗེ་ལུང་པའི་ལས་བུང་ཐིན་ལས་ཐོགས་མེད། ༣༦ སྐྱེགས་ལ་ལྷ་ཆོད་  
 ལོ་རྒྱའི་རྒྱན་ཁྱེར་པོ་དྲང་སྤྱོད་དམོད་པ་མཚོན་ཆའི་འཁོར་ལོ། ༣༧ དྲང་ལ་  
 སྤྱོད་ཁྱོས་པའི་གཏོར་བརྒྱུག་བརྒྱུད་ལུང་། ༣༨ ཆོས་ལ་སྤྱོད་གི་གསོལ་མཚོད་

སྒོར་ཕྱགས་བསྐྱུས་འདོད་འབྱུང་དཔལ་གྱི་རྩིང་བྲ།<sup>༡༠</sup> རིག་པ་འབྱུང་མེད་  
ཡེ་ཤེས་གྱི་སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོའི་གོ་སར་སྒྲ་མའི་ནལ་འཕྱོར་བྱིན་རྒྱབས་སྐྱུར་འཇུག་  
སོགས། <sup>༡༡</sup> གོ་པ་སར་གསོལ་མཆོད་ཐིན་ལས་སྐྱུར་འབྱུང།<sup>༡༢</sup> གོ་པ་སར་  
རྩོམ་ཆེད་རྒྱལ་པོའི་གཞུང་དང་མན་ངག་ག་སྒོར་བདུད་ཅིའི་བུམ་བཟང་།<sup>༡</sup>  
རྩི་<sup>༡</sup> རྩ་ཀ་གསུམ་ཀུན་འདུས་སོགས་གོ་སར།<sup>༡</sup> འཛམ་པ་སྒྱིད་དུང་བླ་དཀར་  
པོ་འབུམ་བ་རྒྱ་ཆ་ཞལ་དཀར་གྱི་ཐིན་ལས་རྩོམ་ཆེད་རྒྱུད་ལྷགས།<sup>༡</sup> སྒྲ་པ་བདེའི་  
གསོལ་བསྐྱུས་དག་བཤེགས་དཔུང་འཛམས།<sup>༡</sup> གོ་པ་སར་རྒྱལ་པོའི་གཡང་  
འཕོད་ཕུ་གཡང་འབྱུགས་པའི་ཕུགས་རྒྱ།<sup>༡</sup> བསྐྱེད་པ་མཁའ་འགྲོའི་རིགས་  
བྱེད་ཅལ་གྱི་བསང་མཆོད་བསྐྱེད་བྱ་བ།<sup>༡</sup> སུ་ཆོག་དཔལ་གྱི་གཞི་འཛིན་  
སོགས།<sup>༡</sup> སྐར་ལོ་སྒྲིང་འབྱུགས་པ་ཡོ་བཙུང་གཏོ།<sup>༡</sup> བསྐྱེད་པ་སྐྱུས་  
པ་འཆི་མེད་སྒྲིག་སྒྱུན།<sup>༡</sup> ཡང་སྐྱེད་བསྐྱུས་སྐྱེད་པ་འཕོད་གྱི་འཕྱོངས་ནི་  
ཡིད་མཐུན་བའམ་སོགས།<sup>༡</sup> འཆི་བསྐྱེད་པ་བདུད་ལས་རྣམ་རྒྱལ།<sup>༡</sup>  
འཕོར་ལྗེབ།<sup>༡</sup> རྩི་<sup>༡</sup> ཏྲགས་ཅན་ལ།<sup>༡</sup> མགོན་བཞི་བརྒྱུད་ཆོག་དཔལ་བསམ་  
ཐོན་ཤིང་སོགས།<sup>༡</sup> བསང་བསྐྱུས་། གཏོ་སྐྱོམ་འབུམ་ཏིག་གི་དགོངས་  
དོན་ལག་ལེན་བྱེད་བདེར་བཀོད་པའི་གཏོའི་ཆོག་བཀྲ་ཤིས་འདོད་འཛོལ་  
འཛམ་།<sup>༡</sup> དབྱངས་གསེར་འཁོར་ཉེས་བ་ཀུན་སེལ་བྱི་བཅའ་སྐྱབ་གསུམ་  
ཐབས།<sup>༡</sup> སྐྱོམ་པ་གཏོའི་ཆོན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཀུན་བྱབ་།<sup>༡</sup> སྐྱོང་པ་བཀྲ་ཤིས་  
འོར་བུའི་རྒྱལ་མཆོན་དགོ་ལེགས་དོན་ཀུན་འབྱུང་པའི་དབྱངས་སྒྲན།<sup>༡</sup> གཏོ་པ་

བཟང་དགོན་མཚོག་གསུམ་སོགས་བདེན་བསྐྱེད། བན་པོ་བྱེད་གཏོ་ཐབས་  
 སྒྲུབ་པ་བྱ་གིས་སྒྲོམ་པ་། འཆི་བསྐྱེད་གཏོན་ཀུན་གྱིས། འཆི་བྱེད་  
 འཕྲོང་། སྒྲིང་པོ་དཔུ་བཅོས། དཔལ་ལྡན་ཐོ་རྒྱུ་དབང་བསྐྱེད་པའི་  
 རྒྱུད་ལས། མདོས་ལུང་བྱ་གིས་འབྲིལ་བ། མདོས་ཀྱི་བར་  
 དུ་འགྲེས་བྱང་བྱ་གིས་འབྲུལ་མིག། མདོས་སྒྲིང་བྱ་གིས་སྒྲོམ་པ་།  
 མདོས་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་འཕྲོངས། སྒྲིང་བྱེད་པ་འཆོ་བའི་བྱ་མང་ལྷན་  
 བཟོ་ཞི་ལུང་བསྐྱེད་པ་། དཀར་ལྡན་པ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྒྲིབ་པའི་  
 རྒྱུ་བཞིའི་དོན། གཏོ་སྒྲུམ་གྱི་ལག་ལེན་བྱ་གིས་འདོད་འཛིན་སྐྱར་ཁ་  
 དུར་བཅོས། སྐར་ཁ་བརྒྱུད་གྱི་གཏོ་ཐབས། མི་ལ་གཡང་ལེན་རྟེན་  
 འབྲེལ། དེའི་ཤོག་བྱ། གཡང་འཕྲུགས་ལྷ་རྩལ་ལྷགས་ཀྱི།  
 འོར་ལྷགས་ཁ་ཚུ་བཅོས་ཐབས། རྟོང་འཇལ་ལེན་ཆགས་ཀུན་སྐྱེད་།  
 སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་གྱི་མཚན་སྒྲུབ་ཐོར་བའི་ཐོང་བ། ལས་ལྷ་  
 སྒྲིབ་རྒྱུན་གཙོད་གྱི་སྐུགས་བརྒྱ་བ། རྟེན་ལ་རབ་གནས་སྐྱབ་པའི་ཆོ་  
 གའི་སྒྲིང་པོ་དག་ལེགས་དཔལ་འཕེལ། མཐོང་གྲོལ་དབྱུ་ཞུའི་འབེལ་  
 གཏམ། དབྱངས་འཆར་ཟུར་འདེབས། དཔལ་ལྡན་གཡུལ་ལས་རྣམ་  
 བར་རྒྱལ་བའི་རྒྱུད་དོན་རབ་རྒྱ་གསལ་བའི་དག་གི་བཀོད་པ་ཀུན་གཟིགས་  
 དབྱངས་འཆར་ཆོད་པོ་ཤེས་རབ་མེ་ལོང་། འཕོར་ལྷེ་བ། རྒྱུ་རྒྱལ་  
 ཅན་ལ། སོ་ཐར་མདོའི་མཚན་འགྲེལ་ཉུང་བྱེད་ལེགས་ཐེམ་སྐྱས། བསྐྱེད་

[illegible]

ཅན་ལ། ༡སྒྲུབ་གཞུགས་ཐིག་ཅུ་རབ་གསལ་ཉི་མ། ༡༥ བཟོ་གནས་ཉེར་མཐོ་  
 ཟ་མ་ཏོག་༡༥ ཏུམ་ལྷ་ལུ་དང་པོ་ཅུ་བའི་རྒྱུད་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཞིའི་དཀའ་མཚན་  
 གཅེས་པར་བརྟུས་པ་འདོད་འབྱུང་ནོར་ལུའི་མེ་ལོང་། ༡༥ ཏུམ་ལྷ་ལུ་གསུམ་པ་  
 མན་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དཀའ་མཚན། ༡༥ ཏུམ་ལྷ་ལུ་བ་བཞི་པ་ཕྱི་མ་ཕྱིན་ལས་རྒྱུད་  
 ཀྱི་བཀའ་མཚན་ལ་ཅུ་མདོ་དང་ཆུ་མདོ། ༡༥ གསོ་ལྷ་ལུ་རིག་པའི་མན་དག་  
 གཅེས་བརྟུས་དང་ལག་ལེན་དམར་བྱིད་ཀྱི་སྒྲོར་པན་བདེའི་བང་མཛོད། ༡༥  
 ཤོག་༡༥ དྲིལ་སྒྲོར་གསུམ་ལས་རོས་འཛིན་མན་དག་གསེར་གྱི་ཕྱེའུ་མིག་༡༥  
 ཤོག་༡༥ དྲིལ་སྒྲོར་གསུམ་གྱི་མ་ལུ་དོན་ཕྱེད་ཏུ་བཀོལ་བ། ༡༥ བདུད་ལྷ་ལུ་ཅི་  
 སྒྲིང་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་དང་སྒྲོང་ཞལ་ལུང་ལས་ཏུམ་ལུ་བཞི་པ་ཕྱི་མའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཅུ་མདོ་ཆུ་མདོའི་ཁྱེ། ༡༥ སྒྲུབ་ལྷ་ལུ་བདུད་ཅིའི་ཐིག་ལེ། ༡༥ བཅས་  
 འཕོར་ལྷེ་བ། ༡༥ སྒྲུབ་ལྷ་ལུ་ཉུགས་ཅན་ལ། ༡ནད་སྒྲུབ་ཆོགས་ཞི་བའི་སྒྲུགས་བདུད་  
 ཅིའི་ཆར་བ། ༡༥ ནད་ལྷ་ལུ་བརྒྱ་སྒྲུགས་གཅིག་གི་སྒྲོར། ༡༥ ཆོ་ལྷ་ལུ་བཟོ་དོ་རྩེ་ཡོངས་  
 རྩོངས་ལས། འགོས་ནད་ཀྱན་འཛོམས་སྒྲུགས་ཀྱི་མཚོན་ཆ། ༡༥ ནད་ལྷ་ལུ་ཀྱི་  
 འབྱུང་དབྱང་སྒྲུབ་ཆོགས་སྒྲུགས་གཅིག་བཀོད་པ་ཟུག་རྩུ་ཀྱན་སེལ། ༡༥ འབྱུང་ལྷ་ལུ་  
 དབྱང་སྒྲུབ་ཆོགས་སྒྲུགས་བསྐྱུས་ཅི་ཆུ་མ་ཁྱེ། ༡༥ བད་ལྷ་ལུ་སྒྲོང་པ་དབྱངས་ཅན་  
 དག་གི་མེ་ལོང་། ༡༥ བད་ལྷ་ལུ་ཤུན་འབྱེད་ཐེ་ཆོམ་དུ་བགཅོད་པའི་རལ་གྱི་ཞེས་  
 བྱ་བ་མཚན། ༡༥ ཆད་ལྷ་ལུ་མ་རིག་པའི་གཏེར་གྱི་མཚན་གྱིས་འབྲེལ་པ་སྒྲུགས་  
 ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རུ་མཚོན། ༡༥ སྒྲུབ་ལྷ་ལུ་ཅིས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོ་རིན་ཆེན་

མེ་ལོང་།<sup>༡༥</sup> གཙུག་གི་ལུག་ཅིས་ཀྱི་སྒྲོན་འགོ་རབ་གསལ་མེ་ལོང་།<sup>༡༦</sup> བམ་<sup>༡༧</sup>  
 མཁའ་གོ་ལའི་ཚུལ་ལ་དབྱད་པ་ལ་ལན་དུ་སྒྲོ་བའི་གཏམ་མཁས་པའི་སྟན་  
 རྒྱུན་མེ་ཏོག་ཚུན་འབྱུང་།<sup>༡༨</sup> ཉེར་མཁོ་རྣམས་སྒྲ་ཆོག་གི་སྒྱུར་ཐབས་ལག་  
 ལེན་ཤེས་ཀྱི་ཐེང་བ།<sup>༡༩</sup> བཅས་འཁོར་ཐེང་བ།<sup>༢༠</sup> སྒྲ་ཀྱུག་མཁས་ཅན་ལ། སྒྲ་  
 ཅིས་སྒྲ་ཆོག་ས།<sup>༢༡</sup> བྱིས་པ་བཙུག་ཉིས་ཀྱི་ཐིག་གི་དཔེ་འཕྲུལ་ཞིབ་པར་བཀོད་  
 པའི་དོན་གསལ་བར་བརྗོད་པ་སྒྲོ་གསལ་དག་འབསྟེན།<sup>༢༢</sup> ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
 གནས་ལ་དབྱད་པ།<sup>༢༣</sup> ཅིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་ཀྱིས་  
 ཅིས་ཀྱིས་སྒྲོར་ནོར་བུའི་ཐེང་བ།<sup>༢༤</sup> དུས་ཀྱི་ཅིས་དོ་མཆར་ཉི་མ།<sup>༢༥</sup> མཆོན་ཀྱི་  
 འབུམ་ནོར་བུའི་ཐེང་བ་ལས་ཁོལ་ཐུང་གཅིས་བཀུས།<sup>༢༦</sup> ཉེན་ཀྱི་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བའི་སྒྲིང་པོ།<sup>༢༧</sup> ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་ཀུན་ལས་བཀུས་པའི་མཆན་  
 འགྲེལ་ཐུ་ཉིག་གི་ཐེང་བ།<sup>༢༨</sup> ཉི་ཤུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་མཆན་  
 འགྲེལ་ཐུ་མཁུ་ལྷུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་མཆན་འགྲེལ།<sup>༢༩</sup> གཞན་ཀྱི་སྒྲོང་  
 ཁས་ལེན་སེང་གའི་ངོ་རྒྱུ་<sup>༣༠</sup> མདོན་ཀྱི་ཀུན་བཀུས་ཀྱི་རྣམ་གཤས་སྒྲ་ཆོག་ས་  
 བཤད་པ།<sup>༣༡</sup> ཤེས་ཀྱི་རབ་བསྐྱུས་པའི་སྒྲོམ་བྱང་།<sup>༣༢</sup> ཐེག་ཀྱི་ཆེན་བསྐྱུས་  
 པའི་སྒྲིང་པོ་མཆན།<sup>༣༣</sup> རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་  
 འགྲེལ།<sup>༣༤</sup> བྱ་རྒྱུ་སྒྲོང་གི་སྒྲ་གསལ་སྒྲ་བའི་ཚུལ་གནད་མདོར་བསྐྱུས།<sup>༣༥</sup> དམ་  
 ཀྱི་བཅའ་ཉི་ཤུ་པའི་ཐིག་ཐིག་ཉི་ཤུ་པའི་ཐིག་ཉི་ཤུ་པའི་ཐིག་ཉི་ཤུ་པའི་ཐིག་  
 པའི་དོ་རྒྱ་མཛོད་ཀྱི་སྒྲའི་མཆན་འགྲེལ་གཙུག་མདོ་རྒྱ་དབྱུངས།<sup>༣༦</sup> ཀེག་

ཅིས།༥ གཤིན་ཅིས། ༥བཅས་འཁོར་ལྗེ་བ།༥༥༥ ཅི་རྟགས་ཅན་ལ། ༡དུ་  
 མ་རྒྱུ་གི་རྣམ་པའད་འཇམ་དབྱངས་སྒྲུབ་དགྲེས་པའི་ཞལ་ལུང་།༥༥༥ སྒྲོབ་  
 ༥༥༥དཔོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་མཛད་པའི་མན་ངག་ལྟ་བུའི་ཐེང་  
 བ་མཆན་འགྲེལ་ཞོར་བུའི་བང་མཛོད།༥༥ བྱང་༥༥༥རྒྱུ་མེས་སྒྲོམ་པ་རྟོ་  
 ལ་གསེར་ལྷན་གྱི་མཆན་འགྲེལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ།༥༥ ལུས་  
 ༥༥༥ལ་ཉེར་མཁོ་སྐབས་བརྒྱད་པ།༥༥ འདོད་༥༥༥པའི་བསྟན་བཅོས་འཛིག་  
 རྟེན་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་གཏེར།༥༥ ལྷ་༥༥༥སྒྲོ་སྒྲུ་མའི་རོལ་མོ།༥༥ རང་༥༥༥སྤྱང་  
 རྣམ་མོད་ཟབ་མོ་གནས་ལྷ་གསལ་མེ་འབར་མ།༥༥ བརྟག་༥༥༥པ་སྒྲུ་མོགས་པའི་  
 སྒྲོར་ཞོར་བུའི་མེ་ལོང་།༥༥ རྟོ་༥༥༥རྟོ་གཞུ་སྒྲོན་མའི་བྲ་སྒྲུབ་སྤྱང་གསལ་མེ་  
 ལོང་། ༥༥བཅས་འཁོར་ལྗེ་བ།༥༥༥ ཅི་རྟགས་ཅན་ལ། ༡སྒྲོད་འཇུག་ཤེས་  
 རབ་གྱི་ལུ་ལུའི་ཆོག་དོན་གོ་སྒྲུབ་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཞོར་བུ་གཏེར་༥༥ ཤེར་  
 ༥༥འགྲེལ་བརྒྱལ་ལན་ཉིན་བྱེད་སྤྱང་བ།༥༥ གཞན་༥༥༥གྱིས་རྩོད་པའི་ལན་  
 མདོར་བསྐྱས་པ་རིགས་ལམ་རབ་གསལ་དེ་ཉིད་སྤྱང་བྱེད།༥༥༥ གཏེར་༥༥༥སྒྲོན་  
 བརྟག་པ་རྒྱ་དྲུང་སྟོར་བ།༥༥ བྱང་༥༥༥རྒྱུ་མེས་སྤྱང་པའི་ཆེན་པོ་ཉེ་བའི་སྒྲུ་  
 བརྒྱད་གྱི་རྟོགས་བཛོད་ཞོར་བུའི་ཐེང་བ།༥༥༥ ཡིག་༥༥༥པ་སྒྲུར་གྱི་རྣམ་པ་ཞུགས་  
 མདོ་ཅམ་བཛོད་པ་མེ་རྟོག་ཞོར་བུའི་ཐེང་བ།༥༥ བཅས་འཁོར་ལྗེ་བ།༥༥༥ སྒྲིད་  
 པ་འཇུག་གྱི་རྩ་ཐིག་གི་དབྱུང་དོན་སྤྱང་གསལ་སྒྲོན་མེ།༥༥༥ ཞང་ཞོང་འཇུག་  
 གྱི་རྩ་ཐིག་ཆེན་པོ་བརྟག་པར་བྱ་བ་ལ། ལས་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་

བསྒྲིགས།<sup>༡༠</sup> བཅས་འཕོར་ལྡེབ།<sup>༡༡</sup> ལྡེབ་འབྲིང་གས་དུས་འཕོར་འདོན་  
 ཆསྒོར། དུས་འཕོར་སྐྱབ་ཐབས་སྒྲིང་པོ་རབ་གསལ།<sup>༡༢</sup> དུས་ཀྱི་འཕོར་ལའི་  
 དཀྱིལ་འཕོར་མཆོད་པའི་ཆོག་བསོད་ནམས་གཏེར་མཛོད།<sup>༡༣</sup> དུས་འཕོར་  
 ཅ་སྒྲགས། དུས་འཕོར་བྱར་བྱང་། དུས་འཕོར་སྒྲོམ་བྱུང་། བཅས་འཕོར་  
 ལྡེབ།<sup>༡༤</sup> དཔལ་དུས་འཕོར་བསྐྱས་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་བོད་གཉིས་ལས། ༄༅།  
 ཉགས་ཅན་ལ། མཆོག་གི་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཕོར་ལོ་  
 བསྐྱས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ།<sup>༡༥</sup> དུས་འཕོར་ལྷན་སྒྲིམ་སྐྱབ་ཐབས་སྒྲིགས་  
 རྒྱུད་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སྟེ་བར་མཐོ་བ། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཕོར་ལའི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་ཆོག་དོན་རབ་ཏུ་གསལ་བྱེད་དོ་རྗེ་ཉི་མའི་སྣང་བ།<sup>༡༦</sup> དུས་འཕོར་ནང་  
 གི་ལེའུའི་འགྲེལ་བ། <sup>༡༧</sup>བཅས་འཕོར་ལྡེབ།<sup>༡༨</sup> ༄༅། ཉགས་ཅན་ལ།  
 དུས་འཕོར་དབང་ལེའུའི་འགྲེལ་བ།<sup>༡༩</sup> དུས་འཕོར་སྐྱབ་ཐབས་ལེའུའི་འགྲེལ་  
 བ།<sup>༢༠</sup> དུས་འཕོར་ཡེ་ཤེས་ལེའུའི་འགྲེལ་བ།<sup>༢༡</sup> བཅས་འཕོར་ལྡེབ།<sup>༢༢</sup>  
 ཆོས་མཛོད་འདིའི་ཁོང་དུ་མ་གཏོགས་པའི་མཆོན་བྱང་ཤེས་ཆོད་འགོད་ན།  
 ཐོག་མར་བེ་ཆེན་དུ་གཏུག་སེམས་སྒྲོར་གསུམ་སྒྲིགས་བོད། རྗེ་གས་ཆེན་  
 གསང་སྒྲིང་སྒྱུ་དོན་འོད་གསལ་སྒྲིང་པོ། ཆོད་མ་རྣམ་འགྲེལ། ཀམ་ཐོག་སྒྲིང་  
 གཉིས་ཤན་སྒྱུར་དང་། ཡང་དག་གསང་འགྲེལ། འབྲུག་སྒྲིང་མདོ་སྒྱུད་པའི་  
 འགྲེལ་བ་དང་ཤར་ཕྱིན་མདོ་སྒྱུར། དཔལ་འབྱོར་སྒྲིང་མཐས་འབྲུག་ ཉར་  
 ལ་དཀར། ཐུབ་པའི་སྒྲིམ་རབས་པད་དཀར་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་རྣམ་བཤད།



ཐོང་སར་ཆོག་བདུན་འགྲེལ་ནམ་བཤད་པད་ཀར་སྒྲོར།༧ རྒྱལ་སྒྲོར།༨  
 ཐུན་མིན་རྒྱལ་སྒྲོར།༩ ཟུང་ཁྱིད་སྒྲོར།༡༠ གཟུངས་སྒྲོབས་སྒྲུབ་སྒྲོར།༡༡  
 མཚོ་རྒྱལ་གསོལ་འདེབས།༡༢ གངས་ཚོགས་སྒྲོར།༡༣ བསྟོད་ཚོགས་སྒྲོར།༡༤  
 ཞལ་གདམས་སྒྲོར།༡༥ སྒྲོན་ལམ་སྒྲོར།༡༦ བཅས་བཞུགས།

༡ སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ། མདོ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་མཐོང་མཐོང་སྒྲུབ་མཚོ། རྒྱལ་དབྱེད་  
 མགྲིན་པ་ཡངས་པའི་དུབ་གཅིག་གིས། མང་ཐོས་མཁྱེན་པའི་སྒྲོ་བར་བསྒྲུལ་  
 བ་ལས། དམ་ཚཱ་བདུད་ཅིའི་འབྱུང་གནས་མི་ཡམ་རྗེའི། རྒྱལ་སྒྲོབས་བཤད་  
 བདུད་ཅིའི་བུམ་པ་བཟང་པོར་མཁྱེན་གཉིས་གསེར་ཉ་སྒྲོས་གར་ཅི། རྒྱལ་  
 དག་ལུང་གི་པད་དཀར་འཇུག་ལ་ཚཱ་དུང་རིག་པའི་སྒྲུབ་དབྱངས་སྒྲུབ། བདེན་  
 གཉིས་རོ་མངར་དཔལ་གྱི་བེའུ་ཚཱ་གྱི་འཁོར་ལོས་རྒྱལ་སྒྲོབ་ལྟན་འདྲེན། །  
 ཡོངས་རྒྱལ་སྒྲུབ་བསྟན་གཟུགས་དཀར་གཡོ་ཞིང་སྒྲོགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་  
 རྒྱལ་མཚན་ཆེ། རྒྱལ་སྒྲོབ་ལེགས་བཤད་འཕགས་པོད་གཉིས་ཆར་ལ། མ་  
 རྒྱུང་མི་འབྱུང་འབྱུང་བར་དཀར་འོ་ཞེས། མཁའ་སྒྲུབ་མགྲིན་པ་བཏེག་སྒྲེ་  
 དབྱངས་གཅིག་གིས། བསྒྲུབས་པའི་མེ་ཏོག་སེལ་མ་ཉིན་བཞིན་འཐོར། །  
 རྒྱལ་སྒྲོབ་བསྟན་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིམ་སྒྲེ། རོ་མཚར་ཆེ་བ་འབུམ་དང་ལྟན་པའི་  
 ཚཱ་སྒྲོབ་ཆད་གངས་རིའི་སྒྲུངས་ཀྱི་སྒྲོང་གྲོག་མཁའ། རྒྱལ་གྲུང་མ་རྒྱེད་  
 ལུང་རིགས་མན་དག་བཅུད། རྒྱལ་སྒྲོབ་དེའི་ཞལ་ལུང་ཞོན་ལས་འོང་བྱིར། །  
 རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་འབྱུང་དཀར་དཔོན་གཅིག་ཏུ། མཐོང་ནས་ཐོར་བུ་

འཆིངས་སུའི་བྱད་པར་བཞིན། །སྒོ་མིག་ཡངས་པའི་གཟུར་གནས་དབྱེད་པས་  
 ཤེས། །ཕྱོངས་པ་རྣམས་ལ་ནོར་སུའི་སྒྲོན་མེ་གཙུག་ལག་བྱེ་བའི་གཟིགས་  
 མོ་བཀ། །ཐོས་པས་བགྱེན་ལ་བདུད་ཅིའི་གཏེར་ཆེན་ལུང་རྟོགས་འབྱོར་བའི་  
 དབྱིག་གིས་འགོངས། །བསམ་པར་བཞེད་ལ་སེམས་གྱི་ངལ་སྟེགས་ལུང་  
 དང་རིགས་པའི་གཏེར་ཆེན་པོ། །སྒྲོམ་པར་མོས་ལ་མན་ངག་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་གྱོལ་  
 ཏིང་འཛིན་སྒྲོ་བརྒྱ་འབྱེད། །འཆད་མཁས་ཡོངས་ལ་མགྱིན་པའི་རྒྱན་གཅིག་  
 ལུང་རྟོགས་ཆོས་ལུང་གངས་མེད་འདོ། །རྩོད་པར་འདོད་ལ་དངོས་སྟོབས་  
 རིགས་ལམ་རྩོད་ཐེ་ཟེགས་མའི་མཆོན་རྣོན་པོ། །རྩོམ་པ་རྣམས་ལ་སྟོབས་པའི་  
 གཏེར་མཛོད་སྒྲོན་འཇུར་རྒྱུད་མངས་བྱེ་བའི་སྤྱ། །མཐའ་དག་འབྱུང་གནས་  
 ལུང་གི་རྒྱ་མཆོ་རྟོགས་པ་ནོར་སུའི་མཛོད་ཆེན་ཡིན། །ཏེ་སྤྱད་བརྟན་འཛིན་  
 སྒྲེས་སུ་མཆོག་རྣམས་གྱི། །བརྟན་པ་ཁོ་ནར་བསམ་པའི་སྦྱོར་བརྩེན་གྱིས། །  
 ལེགས་བྱས་སྤྱར་གྱི་རང་གཟུགས་ཉིན་བྱེད་དབང་། །གངས་ཅན་བརྟན་  
 འགྲོའི་བསོད་ནམས་མཁའ་ལ་ཤར། །བྱུད་པར་རིས་མེད་བརྟན་ལ་ཐུགས་  
 བསྐྱེད་ཅན། །སྤར་དཔོན་སྤྱ་མ་བརྟན་འཛིན་ཆོས་གྲགས་གྱིས། །དབྱེད་ལྷས་  
 འབྱུ་བཙོས་ཞབས་འདེགས་དང་བཅས་ཏེ། །སྤར་ཁང་ཆོས་མཛོད་མཛོས་  
 པའི་རྒྱན་དུ་བཀོད། །ཏེ་ལས་བྱུང་བའི་དགོ་ཆོགས་རྒྱ་སྤྱང་འབུམ། །རྣམ་  
 མཁུན་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་ཞུགས་གྱུར་ཏེ། །འཁོར་གསུམ་རྟོགས་པའི་རྩལ་དང་  
 མ་འདྲེས་པར། །འཇམ་དཔལ་སྤྱ་དབང་རོལ་པའི་གནས་ཐོབ་ཤོག །ཏེ་སེ

མཐུས་རིས་མེད་རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་དང་། །བསྟན་འཛིན་ཞབས་བརྟན་བཤད་  
 དང་རྒྱལ་པའི་སྒྲུབ་། །བསྟན་པའི་མངའ་ཐང་ཕྱོགས་བརྩམ་རྒྱས་པ་དང་། །  
 འགོ་ནམས་རྫོགས་ལྡན་དག་འཕྱོན་ལ་སྦྱོད་ཤོག །༡༡། བྱད་པར་སྡེ་བཞི་དགོ་  
 བརྩ་སྦྱོང་བ་ཡི། །ལྟ་རིགས་ཐིག་ལེར་སྒྲིན་པའི་མི་དབང་གི། །སྒྲུ་ཆོ་བརྟན་  
 ཅིང་ཆོས་སྤྱིད་མངའ་ཐང་རྒྱས། །སྒྲིགས་ལྟ་པན་བདེའི་གྲོགས་སུ་འཕྱུར་བར་  
 ཤོག །༡༢། རྒྱལ་ཁྲུང་དགོངས་གཅིག་ལེགས་བཤད་གོས་བཟང་ཅེར། །མདོ་  
 རྒྱུད་མན་དག་ཞོར་བུའི་རྟོག་མཛེས་ཤིང་། །བཤད་རྒྱལ་ཐིན་ལས་དབྱང་པས་  
 བཟུང་བཞིན་དུ། །ཕྱོགས་ལས་རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཐོབ་ཐུར་ཅིག །༡༣། རྒྱ་  
 པའི་སངས་ལོ་འཇམ་མགོན་སྤྱོད་མ་ཡིས། །སྦྱེ་ཁྲུང་རྫོགས་བཟུང་བཟང་དང་རྒྱ་ཆོ་  
 པའི། །ཆོས་མཛོད་འཛིན་སྦྱོང་སྒྲེལ་པའི་རྒྱལ་བཟང་པོར། །ཁྱུར་ནས་མཚོག་  
 བསྟན་རྒྱས་པའི་དབང་ཐོབ་ཤོག །༡༤། རྒྱ་སྦྱོར་རྩེན་བྱེད་བཟང་པོས་འབྲེལ་  
 ཐོགས་རྒྱམས། །རྒྱལ་པས་བསྟགས་པའི་ལམ་བཟང་ལ་ཁྱུགས་ནས། །ལྷུངས་  
 ཆེན་བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་པ་མཐར་ཐིན་ཏེ། །དོན་གཉིས་ལྟན་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་  
 པོར་ཤོག །༡༥། ཡོངས་རྫོགས་ཐུབ་བསྟན་བདེ་སྒྲག་བཟུང་རུས་མཁུན་བཅེ་རུས་  
 པའི་རྩལ་ཆེན་རྫོགས། །འཆད་རྩོམ་འཛིན་སྦྱོང་སྒྲེལ་པའི་ཐུགས་དམ་སྤྱོད་མས་  
 རི་ལྟར་བཞེད་པ་བཞིན། །སྤྱིད་འཕྱོར་བྱེད་པའི་ཐོང་གིས་མཚོན་མིན་རྣམ་  
 དཀར་འདིས་མཐུས་བསྐྱང་འཕྱུར་ཏེ། །འཇམ་པའི་རྩྱ་རྫོང་ཐར་རྒྱུ་མཚོར་  
 འགོ་ཁྲུང་དབྱུགས་འབྱིན་བཀྲ་ཤིས་ཤོག །༡༦། ཅེས་པའང་རིས་མེད་པའི་བསྟན་

ཀུན་མཁྱེན་མི་ཙམ་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ།

པ་རིན་པོ་ཆེར་དག་པའི་སྤང་བ་གཅིག་ཏུ་དཀར་ཞིང་བསྐྱབ་གསུམ་མཛོད་  
འཛིན་སྤར་དཔོན་སྤྲ་མ་བསྟན་འཛིན་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་གསུང་བསྐྱལ་མཛོད་  
པ་དང་། མཁྱེན་དཔྱོད་ཡངས་པ་དྲུང་ཡིག་ཆེ་དབང་རིན་ཆེན་ནས་ཀྱང་སྤྲ་  
ཕྱིར་གསོལ་འདེབས་གནང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཀུན་མཁྱེན་སྤྲ་མ་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་སི་རུ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོའི་ཞབས་པད་རིགས་བདག་ཏུ་ཐོབ་པ་འཇམ་  
དབྱངས་སྒོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོའི་མ་མེད་པའི་དཔལ་གྱིས་རྒྱགས་སངས་གནས་རྒྱབ་  
རི་ཁོད་དུ་བྱིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། ། །

༥ འཇམ་དཔལ་མཚོག་སྤྱིན་དོ་རྗེས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་སོག་ ། ཅུ་གསུམ་དམ་  
ཅན་དགུས་པའི་འོད་སྤང་མཐོང་བར་སོག་ ། འཛིགས་མེད་རང་དབང་བདེ་  
ཆེན་དོ་རྗེའི་སྤྲོབས་ཐོབ་སོག་ ། བྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་  
ཐོབ་པར་སོག་ ། འདི་རྗེས་སུ་བཞད་བརྒྱད་དུས་བཟང་བོ་དགེ་ ། བརྒྱ་ལྷི། དགེ་ལེགས་ཆེར་འཕེལ། ། །

༦ བད་རྣམས་གཏན་དུ་ཞི་ཞིང་བདེ་གྱུར་ཅིག་ ། ལྷ་རྣམས་མཚོག་ཏུ་དགུས་  
གིང་སྦྱོང་གྱུར་ཅིག་ ། ཚིས་རྣམས་རྟག་ཏུ་འཕེལ་ཞིང་དར་གྱུར་ཅིག་ ། དཔལ་  
རྣམས་ཡུན་དུ་བརྟན་ཅིང་རྒྱས་གྱུར་ཅིག་ ། ཅུ་གསུམ་སྤྲ་མཚོས་ལོ། ། བརྒྱ་ལྷི།

༧ མི་ཙམ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་། ། མཛོད་པ་སྦྱོན་  
ལམ་མཁྱེན་བརྟེན་ལུས་པའི་ཚུལ། ། སྤྲ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤྲ་འཕུལ་རི་འབྲུག་ ། དེ་  
འབྲུག་ཐོན་འབྲེལ་ཐོགས་འཁྱུར་བར་སོག་ ། དགེ་ལོ། ། །



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་བྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འབྲར་  
བགོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །

སྤྱི་ཐུབ་སློ་འདོན་པ། རྩལ་ཁྱིམ་སློ་ཐོས། ཚེས་དབྱིངས་ཉི་མ།  
གཙོ་སྤྱི་ག་པ། གང་བསམ་ཉུན་གྱུའ། རྩོན་ལམ་རྒྱ་མཚོ།  
གཞུང་ལས་དོ་དམ་པ། ཚེས་ཀྱི་ཉི་མ། བོང་འདུས།  
ཁུ་དག་པ། མི་ཉག་དབང་ཆེན། མི་ཉག་བུད་འདུལ།  
ཡིག་སྤྱི་ག་པ། རུང་དཀར་ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོ།  
ཞིབ་འཕེབས་པ། སྐམས་བཀམ་མགོན་དབང་།  
སྤྱི་བོག་མངོས་བཞོད་པ། ཡིག་སྤྱི་ག་ཚེ་རྒྱུད།

༥ རབ་འབྱུངས་རྒྱལ་པའི་སྒྲིག་ཐུག་མེ་ཡམ་རྩེ། ཟབ་རྒྱས་ལུང་རྟོགས་བརྟན་པའི་མངའ་བདག་ཆེ།

ཁྱད་པར་བླ་མེད་མ་ལུ་རབ་རྟན་བདག་པོར། མཉམ་མེད་མེ་ཡམ་རྒྱམ་ཆོར་གྲུ་ས་བས་འདུད།

སྒྲིག་ས་རྒྱས་འགྲོ་བའི་མཐོན་གཅིག་ཡིད་བཞིན་ནོར། ཇལ་གསུང་མེ་ཡམ་མཐོན་པོའི་མཚན་ཐོས་ཀྱིས།

དགེ་ས་སྒྲོས་སྒྱུན་ཆབ་བསིལ་བཞིན་ཡང་ཡང་བརྟག་ས། རྒྱལ་ལུང་སྒྲེ་པོའི་ཆོག་ས་སྒྲེ་ལེགས་སྒྲེ་ས་སྒྲེ་ལ།

དཔར་བརྟན་བཀྲིས་པའི་རྣམ་དག་ར་དགོ་བདད། འདི་ཆོན་རྒྱས་གསུམ་པ་སྟག་པའི་དགོ་ཆོག་ས་ཀྱིས།

མཐའ་ཡས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། སྒྲིབ་ས་གཉིས་སྒྲུར་བྱང་ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་རྩོག་ས་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི། མེད་ཀྱི་རབ་ལ་ལོག་པའི་ལྷ་རྒྱལ། རིགས་དང་དགྲིལ་འཁོར་རྒྱམ་ཆོར་ཁྱབ་བདག

བཀའ་འདྲིན་མཚུངས་མེད་བླ་མ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཇལ་ས་རྩོལ་སྒྲི་པོར་བྱངས་ཏེ། ལྷ་ག་བསམ་བློ་མ་དག་ར་

པོ་རྒྱུད་ལ་བཅངས་ནས་ཀུན་མཁྱེན་མེ་ཡམ་རྒྱམ་ཆོར་ལུང་འབྱུང་དཔར་བརྟན་ཞུས་པ་འདི་ས་འཛམ་གླིང་གོ་

ལའི་རྒྱང་འདིར་འཆོམ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་རྣམ་འདྲེན་པ་གྲུ་ཁྱབ་པའི་བརྟན་པ་འཛམ་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་རྒྱང་བ་ལྟར་

རྒྱས་ཤིང། འདི་ལ་མཐོང་ཐོས་ལ་སོགས་འབྲེལ་ཐོག་སྒྲེ་པོ་ཀུན་ཀྱིས།

བསྟུང་ག་སུམ་རྒྱན་ཐུག་མཁས་པ་ཚུན་བཟང་ཐུག་ལྷ་སྟོན་སྟོན་ཐུག་སོག། ལེགས་ཐུག་མཁའ་ལྟར་མཉམ་པའི་

སྟོན་འདུན་བཅས་ལུལ་རྒྱུས་སྒྲུ་མ་ཀུན་བཟང་ག་ལན་ལན་སྟོ་སྟོས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་འཕམ་རྒྱལ་ཁྱིམ་ས་

མཐར་ཐིན་ནས་པོད་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ལྷ་གས་རྟག་ཡོའི་ཁྱབ་དབང་ལྷ་ལས་བབ་པའི་ཆོས་བཟང་

ལ་འཛམ་གླིང་གར་ཐོག་མཆོག་གི་རྩེ་ལན་ནས་སྒྲེལ་བ་དགོའོ། ། སུམ་མདྲ་ལོ། །

ཐུག་དཔེ་འདི་ཆོས་སྒྲིན་རྒྱ་འབྱུང་རྒྱ་ལས། ཆོད་རྒྱར་མེ་ཆོག་བདག་པོ་ངས་འཇགས་ལུ། །

བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་འདི་དག་གིས།

སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་བརྒྱན་པ་དང་།

དྲིན་ཅན་བཞི་པོར་ཡར་ལུལ་ཞིང་།

ངན་སོང་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བར་ཤོག།

གང་གིས་དེ་དག་མཐོང་ཐོས་ནས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་དང་།

ཆེ་འདིར་ཆོས་ལ་རབ་བརྩོན་ནས།

ཕྱི་མར་དག་ཞིང་སྐྱེ་བར་བསྐྱོའོ། །

༥ རྣམ་དཀར་འདི་ཡིས་མཐའ་གྲས་ཞིང་ཀུན་གྱི། །  
 རྣོད་བཅུད་འབྱོར་བ་ལུང་དུ་བྱུང་བ་དང་། །  
 བཀའ་དྲིན་ཞིང་མཆོག་བཞི་ཡི་དྲི་ལན་འཁོར། །  
 ངན་འགྲོའི་གཡང་སར་ནམ་ཡང་མི་ལྷུང་ཞིང་། །  
 འདི་ལ་ཐོས་སོགས་བགྱིད་པའི་འབྲེལ་ཐོགས་ཀུན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་ཤེས་སྤྱད་བརྒྱན། །  
 འདི་སྣང་འགགས་ཆོ་དག་པའི་ཞིང་བཟང་དུ། །  
 བརྟུས་ཏེ་སྦྱིས་ནས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཤོག །  
 ཅེས་བ་འདི་ཡང་བར་སྐྱོན་གྱི་བྱ་བཞག་འདིར་འགོ་བོན་  
 གཏོང་མཁན་དང་། ལེགས་བཤད་འདི་ཉིད་འཛིན་འཆང་  
 གྲོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བསྡེའི་སྒྲོན་ཆོག་ཏུ་བྲིས་པའོ། །

སཏྲ་མཁྱེ་ལོ། །

ཨོ་ནམ་ཨམི་དུ་སྤྱུལ།

༥ སྤར་འགྲེམ་དང་མཐུན་འཇུག་སྒྱུར་མཁན།  
 ཐུའི་མན་ནང་པའི་ཤེས་ཡོན་བདེ་ཅུ་ལྟན་ཆོགས།  
 བྱུག་དེབ་འདི་བཞིན་རིན་མེད་དུ་འགྲེམ་སྤེལ་བྱེད་པ་ལས་ཆོང་བསྐྱར་བྱེད་མི་ཆོག།  
 སྤར་སྐྱོན་བྱེད་ལུང་ཐུའི་མན།



*“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,  
either in cities or countrysides,  
people would gain inconceivable benefits.  
The land and people would be enveloped in peace.  
The sun and moon will shine clear and bright.  
Wind and rain would appear accordingly,  
and there will be no disasters.  
Nations would be prosperous  
and there would be no use for soldiers or weapons.  
People would abide by morality and accord with laws.  
They would be courteous and humble,  
and everyone would be content without injustices.  
There would be no thefts or violence.  
The strong would not dominate the weak  
and everyone would get their fair share.”*

~ THE BUDDHA SPEAKS OF  
THE INFINITE LIFE SUTRA OF  
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY  
AND ENLIGHTENMENT OF  
THE MAHAYANA SCHOOL~







## DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue  
accrued from this work  
adorn the Buddhas' Pure Lands,  
repay the four great kindnesses above,  
and relieve the suffering of  
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts  
generate Bodhi-mind,  
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,  
and finally be reborn together in  
the Land of Ultimate Bliss.  
Homage to Amita Buddha!

# NAMO AMITABHA

南無阿彌陀佛

《藏文：米滂仁波切文集 第十一冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

Reprinted and donated for free distribution by  
**The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation**

E-mail: [overseas@budaedu.org](mailto:overseas@budaedu.org)

<http://www.budaedu.org>

**This book is for free distribution, it is not for sale.**

ཡུལ་དཔེ་འདི་མོ་སྒྲིབ་དུ་འབྱུང་བ་ལ། མོ་དཔྱད་མི་མོ་པ་དགོ་ལས་འཇགས་ལ།

3000 copies; January 2011

**TI561**



**TI561**